

CERCLE D'ESCRIME DU PAYS DE GEX

(Maître ERIC DESPERIER, Brevet d'Etat Educateur Sportif 2^{ème} degré ESCRIME)

Dossier écoles primaires

CYCLES ESCRIME DANS LES ECOLES PRIMAIRES

(Classes de cours élémentaire 2^{ème} année, cours moyen 1^{ère} et 2^{ème} années)

- 1. Contenu des cours (teneur et enchaînement des cycles, objectifs des cycles et des séances, rôles des instituteurs).**
- 2. Apports de l'activité et évaluations.**
- 3. Matériel requis.**
- 4. Locaux.**
- 5. Coût de l'activité.**
- 6. Renseignements utiles.**

CONTENU DES COURS

Tous les cycles sont composés de 7 séances de une heure et demie chacune, soit 10 heures 30.

Ils sont en principe proposés entre chaque période de vacances scolaires, avec un rattrapage au cas où le nombre de semaines entre vacances serait inférieur à 7. Cette disposition est discutée au début du cycle avec l'équipe pédagogique et le chef d'établissement.

Chaque cycle donne lieu à une évaluation, sanctionnée par une note de théorie et une note de pratique, dont le coefficient est plus important pour ce qui concerne la théorie.

1. Cycle de découverte :

C'est celui qui permet l'**initiation** des élèves à l'escrime. Il prend en compte la perspective de découverte de l'activité par les élèves dans la présentation de sa première séance.

- **Première séance :**

Découverte de l'activité :

Découverte de l'escrime à travers les siècles ; explication des traditions selon les armes, approche des trois armes en fonction de leur histoire ; les cibles et les conventions de combat à chaque arme (comment, pourquoi ?) ; réponses aux questions des élèves ; parallèle avec l'escrime moderne ; **approche des règles de sécurité** ; description et présentation du matériel ; circulation des trois armes (fleuret, épée, sabre) parmi les élèves ; explication du cycle et des séances ; exercice de coordination et découverte des fondamentaux.

- **Deuxième séance :**

Manipulation d'un fleuret, approche du combat :

Echauffement (sous forme de jeux : bonds, courses, etc.).

Fondamentaux : le salut et les déplacements de base, la fente.

Habillage et attribution des numéros d'équipements en fonction des caractéristiques de chaque élève.

Rappel des règles de sécurité.

Mise en situation : élèves 2 par 2, salut et combat. Puis, découverte de la tenue de l'arme, de la notion de cible, puis de distance (fente) pour arriver à la convention (règles du jeu).

Déshabillage et rangement du matériel effectué par les élèves (notion de respect du matériel).

- **Troisième séance :**

Apprentissage d'une attaque simple et d'une défensive appropriée :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base ; placement des bras ; développement.
Habillage. Assaut d'échauffement.
Rappel des règles de priorité.
Etude du coup droit dans la ligne dessus ; assauts de mise en application.
Etude d'une défensive : la parade de sixte ; assauts de mise en application.
Déshabillage et rangement du matériel.

- **Quatrième séance :**

Apprentissage d'une deuxième attaque simple et d'une défensive appropriée :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage. Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Etude du dégagement dans la ligne dedans ; assauts de mise en application.

Etude d'une défensive : la parade de quarte ; assauts de mise en application.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Cinquième séance :**

Arbitrage :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage. Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Etude de l'arbitrage avec ou sans assesseurs : déplacements de l'arbitre, ses commandements, la direction du combat, les réponses des assesseurs, etc.

Mise en situation des élèves par groupes : 2 tireurs, 1 arbitre, X assesseurs. Assauts en 2 ou 3 touches de façon à faire tourner chaque poste pour chaque élève. Chaque groupe se gère.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Sixième séance :**

Compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Assauts, chaque poule est gérée par le maître d'armes qui centralise les résultats, décide des assauts, attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur et remplit la feuille de poule.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Septième séance :**

Fin de la compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts.

Déshabillage et rangement du matériel.

Lors de la 6^{ème} séance, l'instituteur reçoit la feuille de notation théorique avec son corrigé, charge à lui de trouver le moment adéquat pour faire passer cet examen à ses élèves, de le corriger, puis d'y adjoindre la note de pratique après la 7^{ème} séance.

Les élèves dont la note finale sera égale ou supérieure à 10/20 se verront proposer l'obtention d'un blason jaune, premier grade fédéral.

2. Cycle d'approfondissement :

C'est celui qui permet aux élèves de **progresser** et de s'épanouir dans la pratique de l'activité. Leur comportement évolue dans le respect des règles, de l'arbitre et de l'adversaire, les connaissances s'acquièrent et les techniques simples se maîtrisent enfin, permettant à l'enfant d'appréhender l'escrime avec plus de discernement.

- **Première séance :**

Révisions :

Rappel sur le fonctionnement du cycle et des séances, rappel des règles de sécurité.

Echauffement.

Fondamentaux : révision du salut et des déplacements de base, révision du développement.

Habillage.

Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Révision du coup droit dans la ligne dessus ; assauts d'application.

Révision d'une défensive appropriée : la parade de sixte ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel par les élèves.

- **Deuxième séance :**

Révisions :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base, révision du développement.

Habillage.

Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Révision du dégagement dans la ligne dedans ; assauts d'application.

Révision d'une défensive appropriée : la parade de quarte ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Troisième séance :**

Etude de la troisième attaque simple et d'une défensive appropriée :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Etude du coupé dans la ligne dedans ; assauts d'application.

Etude d'une défensive : la parade circulaire de contre de sixte ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Quatrième séance :**

Etude des lignes basses :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Etude des lignes dessous et dehors et des positions de main qui les protègent (septime et octave).

Assauts d'application, puis assauts à thème : prendre la parade appropriée à la cible menacée, et riposter en choisissant une cible (approche de la construction du combat).

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Cinquième séance :**

Arbitrage :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Approfondissement de l'arbitrage **avec assesseurs**.

Mise en situation des élèves par groupes comprenant 1 arbitre (président de jury), 2 tireurs et X assesseurs. Assauts en 2 ou 3 touches de façon à faire tourner chaque poste pour chaque élève. Chaque groupe se gère.
Déshabillage et rangement du matériel.

- **Sixième séance :**

Compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Assauts, chaque poule est gérée par le maître d'armes qui centralise les résultats, décide des assauts, attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur et remplit la feuille de poule.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Septième séance :**

Fin de la compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts.

Déshabillage et rangement du matériel.

Lors de la 6^{ème} séance, l'instituteur reçoit la feuille de notation théorique avec son corrigé, charge à lui de trouver le moment adéquat pour faire passer cet examen à ses élèves, de le corriger, puis d'y adjoindre la note de pratique après la 7^{ème} séance.

Les élèves dont la note finale sera égale ou supérieure à 10/20 se verront proposer l'obtention d'un blason rouge, deuxième grade fédéral.

3. Cycle de perfectionnement :

C'est celui qui permet aux élèves l'approche technico-tactique du combat, en le construisant de façon à **élaborer** des pièges et déjouer ceux de l'adversaire. La

connaissance maîtrisée des règles du jeu permettra à terme à l'enfant d'utiliser ainsi l'arbitrage plutôt que de le subir.

- **Première séance :**

Révisions :

Rappel sur le fonctionnement du cycle et des séances, rappel des règles de sécurité.

Echauffement.

Fondamentaux : révision du salut et des déplacements de base, révision du développement.

Habillage.

Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Révision des 3 attaques simples en lignes hautes ; assauts d'application.

Révision des défensives latérales et circulaires appropriées ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel par les élèves.

- **Deuxième séance :**

Révision :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité.

Révision des lignes basses et des positions de main qui les protègent (septime et octave).

Assauts d'application, puis assauts à thème : prendre la parade appropriée à la cible menacée, et riposter en choisissant une cible (approche de la construction du combat).

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Troisième séance :**

Attaques précédées d'un battement :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité. Explication du temps d'escrime.

Explication et démonstration des 3 attaques au fer ; travail sur les battements (comment, pourquoi ?) ; assauts d'application.

Etude de 2 attaques simples précédées d'un battement différent : battez quarte coup droit et battez quarte dégagé ; assauts d'application.

Etude d'une défensive appropriée ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Quatrième séance :**

Etude d'une attaque composée :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement.

Habillage.

Assaut d'échauffement.

Rappel des règles de priorité. Explication du temps d'escrime.

Etude d'une attaque composée : le «une-deux » ; assauts d'application.

Etude d'une défensive : la parade composée ; assauts d'application.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Cinquième séance :**

Arbitrage :

Au tableau, explication de la notation des résultats sur la feuille de poule, et démonstration par les élèves de leur compréhension (passage au tableau), suivies de l'explication du calcul des indices et du classement des tireurs, et de la démonstration au tableau par les élèves de la compréhension de l'exercice.

En fonction du temps restant, habillage et rappel sur l'arbitrage et la direction de combat par le président de jury, puis assauts d'application.

- **Sixième séance :**

Compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves, autour d'un responsable qui devra gérer l'ordre des matchs, vérifier le bon report des résultats sur la feuille de poule par les arbitres, désigner les arbitres et les assesseurs, et bien sûr, tirer également.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à écrire le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Assauts, chaque poule est gérée par le responsable de la poule qui vérifie les résultats, décide des assauts et attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur.

Déshabillage et rangement du matériel.

- **Septième séance :**

Fin de la compétition :

Echauffement.

Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme.

Habillage.

Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des responsables de poule, des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à écrire le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.).

Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts.

Déshabillage et rangement du matériel.

Lors de la 6^{ème} séance, l'instituteur reçoit la feuille de notation théorique avec son corrigé, charge à lui de trouver le moment adéquat pour faire passer cet examen à ses élèves, de le corriger, puis d'y adjoindre la note de pratique après la 7^{ème} séance.

Les élèves dont la note finale sera égale ou supérieure à 10/20 se verront proposer l'obtention d'un blason bleu, troisième grade fédéral.

Objectifs des cycles :

Le premier cycle est destiné à faire **découvrir** l'escrime aux élèves. **Le deuxième cycle** est celui qui permet la **progression** de l'enfant, et le **troisième cycle** est l'aboutissement du projet, qui implique la **réflexion** et l'**analyse des situations**, favorisant la **création** à travers le combat.

Rôle des instituteurs :

Dans tous les cas, l'instituteur est responsable de sa classe, et veille à la discipline et au respect des mesures de sécurité. Il peut s'occuper de l'échauffement s'il le désire, et devra faire passer l'évaluation théorique en classe à ses élèves.

Il collabore activement au projet en continuant en classe le travail commencé sur le terrain, selon les méthodes et les matières qu'il jugera les meilleures.

Il est l'interlocuteur du maître d'armes intervenant dans la classe, lien essentiel entre celui-ci et les parents des élèves.

Cycle de découverte

OBJECTIF DU CYCLE : INITIATION DES ELEVES A L'ESCRIME		
	OBJECTIFS DES SEANCES	CONTENU DES SEANCES
1^{ère} séance	Découverte de l'activité	<p>Découverte de l'escrime à travers les siècles ; explication des traditions selon les armes, approche des trois armes en fonction de leur histoire ; les cibles et les conventions de combat à chaque arme (comment, pourquoi ?) ; réponses aux questions des élèves ; parallèle avec l'escrime moderne ; approche des règles de sécurité ; description et présentation du matériel ; circulation des trois armes (fleuret, épée, sabre) parmi les élèves ; explication du cycle et des séances ; exercice de coordination et découverte des fondamentaux.</p>
2^{ème} séance	Manipulation d'un fleuret Approche du combat	<p>Echauffement (sous forme de jeux : bonds, courses, etc.). Fondamentaux : le salut et les déplacements de base, la fente. Habillage et attribution des numéros d'équipements en fonction des caractéristiques de chaque élève. Rappel des règles de sécurité. Mise en situation : élèves 2 par 2, salut et combat. Puis, découverte de la tenue de l'arme, de la notion de cible, puis de distance (fente) pour arriver à la convention (règles du jeu). Déshabillage et rangement du matériel effectué par les élèves (notion de respect du matériel).</p>
3^{ème} séance	Apprentissage d'une attaque simple et d'une défensive appropriée	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base ; placement des bras ; développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Etude du coup droit dans la ligne dessus ; assauts de mise en application. Etude d'une défensive : la parade de sixte ; assauts de mise en application. Déshabillage et rangement du matériel</p>
4^{ème} séance	Apprentissage d'une deuxième attaque simple et d'une défensive appropriée	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Etude du dégagement dans la ligne dedans ; assauts de mise en application. Etude d'une défensive : la parade de quarte ; assauts de mise en application. Déshabillage et rangement du matériel.</p>

5^{ème} séance	Arbitrage	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Etude de l'arbitrage avec ou sans assesseurs : déplacements de l'arbitre, ses commandements, la direction du combat, les réponses des assesseurs, etc. Mise en situation des élèves par groupes : 2 tireurs, 1 arbitre, X assesseurs. Assauts en 2 ou 3 touches de façon à faire tourner chaque poste pour chaque élève. Chaque groupe se gère. Déshabillage et rangement du matériel.</p>
6^{ème} Séance	Compétition	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Assauts, chaque poule est gérée par le maître d'armes qui centralise les résultats, décide des assauts, attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur et remplit la feuille de poule. Déshabillage et rangement du matériel.</p>
7^{ème} Séance	Fin de la compétition	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts. Déshabillage et rangement du matériel.</p>

Cycle d'approfondissement

OBJECTIF DU CYCLE : Progression et épanouissement dans la maîtrise de l'activité		
	OBJECTIFS DES SEANCES	CONTENU DES SEANCES
1^{ère} séance	Révisions	<p>Rappel sur le fonctionnement du cycle et des séances, rappel des règles de sécurité. Echauffement. Fondamentaux : révision du salut et des déplacements de base, révision du développement. Habillage. Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Révision du coup droit dans la ligne dessus ; assauts d'application. Révision d'une défensive appropriée : la parade de sixte ; assauts d'application. Déshabillage et rangement du matériel par les élèves.</p>
2^{ème} séance	Révisions (suite)	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base, révision du développement. Habillage. Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Révision du dégagement dans la ligne dedans ; assauts d'application. Révision d'une défensive appropriée : la parade de quarte ; assauts d'application. Déshabillage et rangement</p>
3^{ème} séance	Etude de la troisième attaque simple et d'une défensive appropriée	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Etude du coupé dans la ligne dedans ; assauts d'application. Etude d'une défensive : la parade circulaire de contre de sixte ; assauts d'application. Déshabillage et rangement du matériel.</p>
4^{ème} séance	Etude des lignes basses	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Etude des lignes dessous et dehors et des positions de main qui les protègent (septime et octave).</p>

4^{ème} séance (suite)		Assauts d'application, puis assauts à thème : prendre la parade appropriée à la cible menacée, et riposter en choisissant une cible (approche de la construction du combat). Déshabillage et rangement du matériel.
5^{ème} séance	Arbitrage	Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Approfondissement de l'arbitrage avec assesseurs . Mise en situation des élèves par groupes comprenant 1 arbitre (président de jury), 2 tireurs et X assesseurs. Assauts en 2 ou 3 touches de façon à faire tourner chaque poste pour chaque élève. Chaque groupe se gère. Déshabillage et rangement du matériel.
6^{ème} Séance	Compétition	Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Assauts, chaque poule est gérée par le maître d'armes qui centralise les résultats, décide des assauts, attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur et remplit la feuille de poule. Déshabillage et rangement du matériel.
7^{ème} Séance	Fin de la compétition	Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à donner le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts. Déshabillage et rangement du matériel.

Cycle de perfectionnement

OBJECTIF DU CYCLE : Construire le combat, élaborer des pièges, maîtriser les règles du jeu (tactique)		
	OBJECTIFS DES SEANCES	CONTENU DES SEANCES
1^{ère} séance	Révisions	<p>Rappel sur le fonctionnement du cycle et des séances, rappel des règles de sécurité. Echauffement. Fondamentaux : révision du salut et des déplacements de base, révision du développement. Habillage. Mise en situation des élèves : assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Révision des 3 attaques simples en lignes hautes ; assauts d'application. Révision des défensives latérales et circulaires appropriées ; assauts d'application. Déshabillage et rangement du matériel par les élèves.</p>
2^{ème} séance	Révision (suite)	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Révision des lignes basses et des positions de main qui les protègent (septime et octave). Assauts d'application, puis assauts à thème : prendre la parade appropriée à la cible menacée, et riposter en choisissant une cible (approche de la construction du combat). Déshabillage et rangement du matériel.</p>
3^{ème} séance	Attaques précédées d'un battement	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Explication du temps d'escrime. Explication et démonstration des 3 attaques au fer ; travail sur les battements (comment, pourquoi ?) ; Assauts d'application. Etude de 2 attaques simples précédées d'un battement différent : battez quarte coup droit et battez quarte dégagé ; assauts d'application. Etude d'une défensive appropriée ; assauts d'application. Déshabillage et rangement du matériel.</p>

4^{ème} séance	Etude d'une attaque composée	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement. Habillage. Assaut d'échauffement. Rappel des règles de priorité. Explication du temps d'escrime. Etude d'une attaque composée : le «une-deux » ; assauts d'application. Etude d'une défensive : la parade composée ; assauts d'application. Déshabillage et rangement du matériel.</p>
5^{ème} séance	Arbitrage	<p>Au tableau, explication de la notation des résultats sur la feuille de poule, et démonstration par les élèves de leur compréhension (passage au tableau), suivies de l'explication du calcul des indices et du classement des tireurs, et de la démonstration au tableau par les élèves de la compréhension de l'exercice. En fonction du temps restant, habillage et rappel sur l'arbitrage et la direction de combat par le président de jury, puis assauts d'application.</p>
6^{ème} Séance	Compétition	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage, puis formation des poules de 5 ou 6 élèves, autour d'un responsable qui devra gérer l'ordre des matchs, vérifier le bon report des résultats sur la feuille de poule par les arbitres, désigner les arbitres et les assesseurs, et bien sûr, tirer également. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des assesseurs et indication des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à écrire le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Assauts, chaque poule est gérée par le responsable de la poule qui vérifie les résultats, décide des assauts et attribue les fonctions d'arbitre et d'assesseur. Déshabillage et rangement du matériel.</p>
7^{ème} Séance	Fin de la compétition	<p>Echauffement. Fondamentaux : déplacements de base coordonnés avec le développement et un changement de rythme. Habillage. Rappel des règles de priorité, des commandements de l'arbitre, du rôle des responsables de poule, des assesseurs et des modalités de compétition (nombre de touches, nombre d'armes par poule, arbitre seul habilité à écrire le résultat, respect du salut et des décisions arbitrales, etc.). Fin de la compétition et assauts libres pour les élèves qui ont déjà terminé ; notation des assauts. Déshabillage et rangement du matériel.</p>

APPORTS DE L'ACTIVITE ET EVALUATIONS

L'escrime est une activité qui permet à l'enfant d'observer une certaine **rigueur**, du fait de la **discipline** qu'elle implique, aussi bien vis à vis des autres que de soi même. En effet, le fait d'avoir à manipuler une arme oblige à une **attention** de tous les instants, tant de la part de l'enfant que de celle des adultes présents. Avant d'apprendre techniquement, l'élève devra apprendre le **respect des mesures de sécurité** (habillage, manipulation de l'arme, comportement), le danger maîtrisé impliquant le **respect de l'autre** (grâce entre autres choses au **salut** avant et après le match, et au fait de serrer la main de l'adversaire après le match), qu'il soit tireur, arbitre ou enseignant. La **maîtrise de soi**, aussi bien technique que comportementale (dans la défaite, par exemple) fait partie des apprentissages également. Enfin, l'apprentissage des **règles du jeu** est un atout majeur pour exprimer que «l'on ne peut pas faire n'importe quoi », et complète l'éventail des moyens qui encadrent cette activité.

Au niveau des apports physiques et à travers **l'apprentissage technique**, l'escrime permet d'acquérir des qualités telles que la **coordination**, la **vitesse d'exécution**, et par la suite, la **vitesse de décision** (dans le traitement d'une information reçue et la réponse qui y est apportée en fonction des connaissances acquises). Les moyens physiques de l'enfant ne sont pas un facteur essentiel de réussite, puisqu'ils peuvent être compensés par la **tactique**, emploi d'une technique apprise en fonction d'un adversaire donné, et utilisation des règles du jeu de façon optimale. Le développement d'une **intelligence de jeu** permet au physiquement «plus faible » de s'opposer avec efficacité à la force brutale.

Cette activité physique s'inscrit dans bon nombre de **projets pédagogiques** aussi divers que la **lutte contre le racisme et les inégalités** (grâce à l'obligation du «respect de l'autre » et au constat fait plus haut que «les règles du jeu et l'apprentissage technique permettent au faible de vaincre le fort »), la **francophonie** (grâce à l'obligation de parler le français lors des compétitions internationales d'escrime), **l'Europe** (grâce à l'Histoire de l'escrime à travers les différents pays européens, des armes de Tolède aux spadassins italiens en passant par tous les duels qui émaillent l'histoire de chaque pays, voire la **découverte d'une activité pluridisciplinaire**, alliant l'effort physique à l'effort intellectuel et permettant **l'association avec des matières scolaires** aussi diverses que les **mathématiques** (tableaux à double entrée du recueil des résultats), le **français** (vocabulaire spécifique), **l'histoire et la géographie**, ainsi que les **sciences** à travers la fabrication d'un alliage ou la forge d'une lame.

Chaque cycle donne lieu à une évaluation, aussi bien théorique que pratique, et dont **les coefficients avantagent la théorie**. Car si tout le monde n'est pas égal devant les capacités physiques, tout le monde peut l'être face à l'apprentissage spécifique, d'autant que la fédération française d'escrime a édité un petit fascicule très complet regroupant les contenus des 3 blasons (jaune-rouge-bleu), tenu à la disposition de chacun, et qui permet à l'élève, à l'instituteur et aux parents de suivre l'évolution du cours, d'avoir les références techniques et le vocabulaire adéquats, voire de préparer le moment venu l'évaluation théorique écrite.

MATERIEL REQUIS

Le matériel requis est celui qui doit permettre d'équiper entièrement une classe de façon que chaque enfant suive le cours au fur et à mesure.

Le **Cercle d'Escrime du Pays de Gex** dispose à cet effet de **30 équipements** aux normes européennes de sécurité, comprenant chacun **un masque, une veste ambidextre et un fleuret moucheté**, dont 10 sont destinés à des tireurs gauchers. **Les filles** ont également à leur disposition un **bustier** en matière rigide destiné à leur protéger la poitrine. Ce matériel est mis à la disposition de la structure utilisatrice et apporté par le maître d'armes au début du cours.

Chaque élève devra en outre s'habiller d'une tenue de sport : **chaussures adaptées** (fermant de préférence avec des lacets ou des velcro), **T-shirt et pantalon de survêtement**.

LOCAUX

Les locaux nécessaires à la pratique de l'escrime sont ceux pouvant accueillir les groupes concernés. Les déplacements des élèves en opposition, ainsi que la taille des armes (presque un mètre) obligent à proposer l'activité dans un milieu **sécurisé** (sans passage d'aucun tiers) et **spacieux**. Les revêtements de sols les plus adaptés sont les planchers et les sols de gymnases en matière synthétique. Les moins adaptés sont les sols carrelés ou bétonnés (trop durs), mais de toute façon, il est prudent d'éviter les sols glissants.

COÛT DE L'ACTIVITE

Du fait de **l'intervention d'un maître d'armes**, donc du titulaire d'un **brevet d'état d'éducateur sportif**, du **prêt d'un matériel remis en état** dès que nécessaire, et de leur **mise à disposition sur le lieu choisi par la structure utilisatrice**, le **montant de l'activité pour une classe (soit dix heures trente)** revient à **598,5 €** pour l'année 2016/2017 (tarif révisable tous les ans en fonction de l'augmentation du coût de la vie), la demande des livrets fédéraux étant facturée en sus.

RENSEIGNEMENTS UTILES

CERCLE D'ESCRIME DU PAYS DE GEX
01280 PREVESSIN-MOËNS
TEL/FAX : 04.50.99.19.26.

N° SIRET : 401 122 759 00020

Police d'assurance R.C. : **COVEA RISKS** sous le numéro **120.135.368**