



Éscrime Artistique

Document pédagogique à l'usage des enseignants d'escrime

Le mot du Président



La croissance du nombre de licenciés en escrime se fait principalement en année post olympique après l'obtention des médailles, grâce à la médiatisation des Jeux olympiques.

Cependant, si l'escrime est connue des enfants, il ne faut pas oublier le rôle primordial qu'ont joué et que continuent à jouer les films de cape et d'épée, les pièces de théâtre au sein desquelles les duels ou autres combats trouvent une place importante.

Qui n'a rêvé d'être d'Artagnan, Lagardère, Fanfan la Tulipe ou Cyrano de Bergerac ?

Cette forme d'apprentissage de l'escrime non plus en opposition mais en coopération avec le ou les partenaires apporte de la convivialité dans le club et suscite l'intérêt d'un public différent mais complémentaire du compétiteur en escrime moderne.

Le lien entre sport et culture se réalise grâce à l'escrime artistique,
L'escrime artistique donne à l'escrime un rôle d'acteur,
L'acteur devient héros,
Le héros dévoile ses bottes secrètes initié par son maître d'armes,
Le maître d'armes devient un sorcier de l'escrime,
L'apport de ce public est incontournable pour l'escrime,

L'ESCRIME REDEVIENT ART.

Frédéric PIETRUSZKA
Président de la Fédération Française d'Escrime

Sommaire et plan de l'ouvrage

Préambule

Le mot du Président

1. *Définition de l'activité* (Michel OLIVIER)..... P. 5
2. *Présentation de l'activité* (Michel OLIVIER)..... P. 6
 - * Les apports généraux de la pratique
 - * Principes d'attaque et de défense dans la pratique
 - * Glossaire
3. *Historique* (Michel OLIVIER)..... P. 18
 - * L'Escrime, du duel à la pratique sportive
 - * L'Escrime artistique et son évolution
4. *Approche de l'escrime artistique à l'école primaire*..... P. 19
 - * « Approche aux cycles 2 et 3 » (Laurent PICCIOLI)
 - * « Construire un duel avec des partenaires » (Éric Grumier)
5. *Approche de l'escrime artistique au collège et au lycée*..... P. 32
(Valérie GALLI)
6. *Approche de l'escrime artistique au club*..... P. 48
(Patrick LEFORT, Jean-Luc NICOLAS)
7. *L'escrime artistique et son encadrement*..... P. 54
 - * Le cadre institutionnel : textes et BO
 - * Les conditions d'encadrement
 - * Diplômes et formations existantes
 - * Assurance (textes fédéraux)
8. *Conclusion*..... P. 55





1. Définition de l'activité

(Michel OLIVIER)

Qu'est-ce que l'Écime Artistique ?

L'Écime est profondément liée à notre Patrimoine et à notre Histoire, que ce soit comme moyen de se défendre ou en tant que discipline intégrée aux règles de la bienséance et du savoir-vivre, au même titre que la danse, la musique ou l'équitation. L'Écime Artistique fait revivre la pratique de l'Écime à travers toutes les époques, de l'antiquité au début du xx^e siècle, en passant par le Grand Siècle et le Siècle des Lumières.

Ce n'est, ni plus, ni moins, que l'écime de cape et d'épée utilisée dans les films, les pièces de théâtre et les romans du même nom.

Les armes multiples et variées s'utilisent en fonction du siècle considéré : épée à deux mains, hache, fléau d'armes, dague, rapière, bâtons, canne, épée, fleuret, sabre...

L'Écime Artistique est un mélange d'activité sportive et de discipline artistique où la dépense physique, très importante, côtoie allègrement le côté comédien, le tout incluant un aspect historique très prononcé. Ivanhoé, les Chevaliers de la Table Ronde, d'Artagnan, Lagardère, Fanfan la Tulipe font partie de notre patrimoine culturel et historique.

Son évolution

Élément important de notre culture, notamment dans la littérature où elle est fortement référencée (romans de cape et d'épée, pièces de théâtre), l'Écime Artistique est également un facteur de notre société où elle est grandement utilisée par les enfants pour agrémenter leurs jeux de génération en génération. Quelle « chère tête blonde » n'a jamais pris un bâton pour se battre en duel avec son camarade, se prenant quelques instants pour d'Artagnan ou Zorro ?

La pratique de l'Écime Artistique existe depuis plus de soixante ans par sa présence au cinéma et au théâtre.

Après avoir privilégié le septième art durant de nombreuses années, elle est sortie du grand écran depuis vingt-cinq ans pour aller vers le grand public.

Pratiquée tout d'abord par quelques Maîtres d'Armes divulguant leur savoir de façon confidentielle, particulièrement à un certain nombre de comédiens, elle s'est ouverte depuis plus de dix ans à tout pratiquant quel que soit son niveau.

Sa pratique

L'Écime Artistique est ouverte aux hommes comme aux femmes, adultes et enfants. Il n'est pas utile d'avoir pratiqué l'Écime Sportive pour débiter dans cette discipline.

Elle se pratique sans les protections habituelles de l'Écime Sportive, avec de véritables armes. Les actions demandent une préparation importante et nécessitent de nombreuses répétitions. Elles réclament coordination, mémoire, maîtrise de soi, condition physique, déplacement dans l'espace, sens du spectacle, créativité.

Pour des raisons de sécurité, il est conseillé de faire commencer les débutants avec des bâtons ou des cannes, et d'équiper les plus jeunes de masque. Il appartient à l'enseignant d'adapter ces mesures en fonction du niveau de chaque pratiquant.

Après un apprentissage de la technique, sous la direction d'un enseignant diplômé, nécessaire au maniement des différentes armes, les enchaînements se réalisent avec un partenaire, et non un adversaire. Les deux pratiquants mettent au point, d'un commun accord, une série d'actions mélangeant attaques, parades, ripostes, déplacements, esquives... Tous les coups sont donc prévus, et il s'agit pour chacun des deux bretteurs d'apprendre cette partition et de joindre le geste à la mémoire. Ensuite, et après moult répétitions, ces enchaînements sont chorégraphiés, sous la direction de l'enseignant qualifié, au niveau de la mise en action (sécurité, crédibilité, intensité, vitesse), et de l'interprétation (changement de rythme, intention et émotion des personnages) afin de leur donner vie, les rendre réalistes et les inclure dans une mise en scène où peuvent même intervenir musique et dialogues en fonction du spectacle considéré.

Un duel fait donc l'objet d'un réglage minutieux où l'improvisation n'est pas de mise.

2. Présentation de l'activité

(Michel OLIVIER)

A. Les apports de l'Écime Artistique

L'Écime Artistique est un mélange de sport, de culture et d'histoire. Ce savant mélange est producteur d'apports physiques et intellectuels importants.

a. Au niveau physique

De par sa pratique, l'Écime Artistique va développer :

- * Une condition physique générale
- * La coordination gestuelle
- * Le sens de l'équilibre
- * Le déplacement dans l'espace
- * Le rythme respiratoire
- * La souplesse des mouvements
- * L'ambidextrie, aussi bien lors du travail à une arme qu'à deux armes
- * Les réflexes

b. Au niveau du comportement

- * La mémoire
- * Le respect du partenaire
- * La gestion du stress (spectacle)
- * Le calme
- * La réflexion
- * L'humilité
- * La créativité
- * Le sens du spectacle
- * La confiance en soi

c. Au niveau culturel

- * L'histoire de France
- * Les œuvres littéraires
- * L'histoire de l'Écime

B. Principe d'attaques et de défenses

Nos ancêtres pratiquaient l'écime pour assouvir un besoin de conquête, pour se défendre contre un ennemi, et pour se nourrir.

La technique de cette écime consistait d'une part à attaquer son adversaire, et d'autre part à se défendre contre ses attaques.

L'Écime Artistique reprend globalement ce principe.

Bien entendu, dans la « pratique actuelle », le duel se réalise avec un partenaire et non un adversaire. Il n'est pas question de toucher car l'Écime Artistique se pratique sans les protections habituelles de l'Écime Sportive.

De ce fait, le duel devient une sorte de chorégraphie dans laquelle chacun des partenaires connaît l'enchaînement de l'autre.

Un duel se compose donc d'attaques, de parades et de ripostes : L'attaque est une action offensive destinée à aller toucher l'adversaire.

La parade consiste à se protéger d'une attaque en détournant le fer de l'adversaire soit avec son arme, soit sans son arme en effectuant une esquive.

La riposte est le coup porté à l'adversaire après avoir paré son attaque.

Toutes ces actions peuvent être combinées ou associées avec des déplacements : marche ; retraite ; passe avant ; passe arrière ; fentes ; voltes ; esquives.

C. Quelques conseils pour une bonne pratique de l'Écime Artistique

a. De façon générale

- * Faire pratiquer les débutants et les jeunes (moins de 14 ans) avec des bâtons ou des cannes
- * Pratiquer l'Écime Artistique avec une paire de gants de cuir
- * Faire des mouvements amples, fluides et très visuels permettant au partenaire de voir le coup arriver et au public de visualiser l'enchaînement.

b. La pratique en spectacle

- * N'envoyer en spectacle que des escrimeurs confirmés et suffisamment à l'aise. Le spectacle est stressant et peut perturber ; particulièrement sur une scène de théâtre (espace réduit, projecteurs, spectateurs proches, acoustique performante).
- * Repérer les lieux du spectacle et prévoir un minimum de répétition sur place afin d'éviter les imprévus et l'improvisation
- * Répéter en costume pour s'assurer que celui-ci est adapté et ne perturbera pas les pratiquants. Mettre des semelles antidérapantes sous les chaussures ou les bottes
- * S'assurer que, lors des désarmements, l'arme ne risque pas d'être projetée dans le public
- * Prévoir un échauffement avant toute pratique et surtout en spectacle
- * Vérifier le matériel avant tout spectacle
- * Prévoir des armes de rechange à placer au bord de l'aire de spectacle en cas de bris de lame en cours de démonstration
- * Se munir d'une trousse de secours de première nécessité
- * Se renseigner auprès de l'organisateur pour savoir si toutes les mesures de sécurité ont été prises

c. En tant qu'organisateur de spectacle

- * Prévoir un médecin pour toute manifestation d'importance
- * Demander la présence d'organismes de premier secours (Croix-Rouge, Protection Civile ...)
- * Installer un téléphone avec les numéros d'urgence (15, 17, 18)

d. Les armes

- * D'une manière générale, la pointe des lames doit être arrondie

e. L'aire de spectacle

- * La surface doit être d'un minimum de 80 m² (8 m x 10 m) pour un spectacle de deux bretteurs
- * Prévoir un dégagement de 4 mètres entre la limite de l'aire de spectacle et le premier rang des spectateurs

- * Délimiter de façon stricte l'aire de combat afin qu'aucun spectateur ne puisse y pénétrer

D. Les interdictions

Interdire en entraînement comme en spectacle :

a. Les combats libres :

Un combat libre est une succession d'enchaînements non préparés et totalement improvisés

b. Les coups de pointe au visage

Notamment la botte de Nevers, une légende qui peut s'avérer dramatique.

E. Les recommandations

Les coups de pointe au corps devront être effectués à distance et feront l'objet d'un apprentissage précis :

- * En attaque : allongement du bras à distance, très léger temps d'arrêt suivi de la marche ou / et de la fente.
- * En riposte sans changement de garde : allongement du bras à distance, très léger temps d'arrêt suivi de la marche ou / et de la fente.
- * En riposte avec changement de garde : effectuer le changement de garde bras court puis allongement du bras à distance, suivi de la marche ou / et de la fente.

Le temps d'arrêt peut permettre au pareur de reprendre son équilibre et au paré de voir le coup arriver.

F. Glossaire d'escrime artistique pour la pratique de la dague et de la rapière

a. Les déplacements

Les déplacements sont la base de l'escrime quelles que soient l'époque considérée et l'arme pratiquée.

L'efficacité de leur réalisation dépend d'un facteur primordial : l'équilibre.

Aucun mouvement ne pourra être efficace, réaliste, harmonieux, fluide et sûr, s'il est effectué en déséquilibre.

Pour cela, plusieurs éléments rentrent en ligne de compte :

- * Le poids du corps : la répartition du poids du corps sur les

deux jambes à la fois ou sa translation sur l'une ou l'autre des jambes est fonction des déplacements à effectuer.

- * Les appuis sur le sol : il s'agit essentiellement de la plante des pieds qui, dans la plupart des cas, sera à plat sur le sol afin de supporter le poids du corps et garantir l'équilibre. La pointe du pied avant sera dans tous les cas face au partenaire.
- * La flexion des jambes : dans la plupart des cas, les jambes seront fléchies pour supporter le poids du corps.
- * Le tronc, les épaules et les bras : le tronc doit être droit, les épaules relâchées, totalement décontractées et ouvertes, pour éviter tout déséquilibre vers les côtés, l'avant ou l'arrière. Les bras vont jouer un rôle de balancier nécessaire dans la conservation de l'équilibre.
- * La tête : elle doit être face au partenaire pour, d'une part, conserver l'équilibre, et d'autre part, assurer la sécurité des actions.

La combinaison de tous ces éléments va permettre d'effectuer les déplacements avec le maximum d'efficacité, de fluidité, de sécurité et d'éviter des désagréments physiques (courbatures, mal de dos).

Tous les déplacements s'effectuent aussi bien du côté droit que du côté gauche.

Pour une meilleure compréhension, certains mouvements seront décrits en garde à droite et en garde à gauche.

Les déplacements présentés dans ce glossaire ne pourront être réalisés de façon efficace que s'ils sont enseignés, expliqués, démontrés par un professionnel de l'enseignement de l'Escrime Artistique.



TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p>LA POSITION DE GARDE CLASSIQUE</p>	<p>C'est la position permettant d'être prêt à la fois à l'offensive et à la défensive. Flexion du bras avant : En considérant que la main avant tient l'arme : Placer la main arrière entre le coude du bras avant et le corps, parallèle au sol, les quatre doigts joints et le pouce ouvert de la façon suivante : * l'auriculaire contre le coude, * le pouce contre le corps L'espace délimité par cette main constitue la position du bras avant dans la position de garde.</p>	<p>Mise en garde * Les pieds - les jambes · Pieds à l'équerre, talons joints, la pointe du pied avant en direction du partenaire. · Fléchir sur les deux jambes à la fois · Avancer le pied avant en mettant le talon à la place de la pointe de ce pied. Il s'agit de trouver l'écart entre les deux pieds propre à chaque pratiquant permettant un parfait équilibre * Les bras · Le bras avant : le bras est fléchi, l'avant-bras parallèle au sol, le coude décollé du corps d'une main (4 doigts collés, pouce décollé) · Le bras arrière peut prendre trois positions : - arrondi au-dessus de la tête - la main sur la hanche - fléchi sur le côté de façon similaire au bras avant * Les épaules : elles doivent être relâchées</p>
<p>LA MARCHÉ</p>	<p>Déplacement vers l'avant permettant de s'approcher du partenaire. De la position de garde, avancer le pied avant puis le pied arrière et retrouver la position initiale, l'écart entre le pied avant et le pied arrière devant être le même que celui de la position de départ.</p>	<p>* Le poids du corps : réparti sur les deux jambes à la fois au départ du mouvement, le poids du corps, par un déplacement imperceptible du bassin, passe sur la jambe arrière pour permettre le déplacement de la jambe avant, puis sur la jambe avant pour permettre le déplacement de la jambe arrière, et enfin se répartit sur les deux jambes. * Les appuis : le pied avant attaque le sol par le talon, puis se pose la pointe du pied, le pied arrière se pose directement à plat au sol. * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc ne bouge pas durant tout le mouvement</p>
<p>LA RETRAITE</p>	<p>Déplacement vers l'arrière permettant de s'éloigner du partenaire. De la position de garde, reculer le pied arrière puis le pied avant et retrouver la position initiale, l'écart entre le pied avant et le pied arrière devant être le même que la position de départ.</p>	<p>* Le poids du corps : réparti sur les deux jambes à la fois au départ du mouvement, le poids du corps, par un déplacement imperceptible du bassin, passe sur la jambe avant pour permettre le déplacement de la jambe arrière, puis sur la jambe arrière pour permettre le déplacement de la jambe avant, et enfin se répartit sur les deux jambes. * Les appuis : le pied arrière se pose directement à plat au sol, le pied avant attaque le sol par le talon puis se pose la pointe du pied * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc ne bouge pas durant tout le mouvement</p>

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p style="text-align: center;">LA PASSE AVANT</p>	<p>Déplacement alternatif des deux pieds vers l'avant (correspondant à deux marches) permettant de s'approcher du partenaire. Ce mouvement se décompose en deux temps :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Déplacer le pied arrière, sans bouger sa position et son orientation, devant le pied avant 2. Replacer le pied avant devant le pied arrière pour retrouver la position de garde initiale 	<p>* Le poids du corps <i>En garde à droite :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dans le premier mouvement, le poids du corps passe sur la jambe droite pour permettre le déplacement du pied gauche. 2. Dans le deuxième mouvement, le poids du corps passe sur la jambe gauche pour permettre le déplacement du pied droit. 3. Dans le retour en garde, le poids du corps se répartit sur les deux jambes. <p><i>En garde à gauche :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dans le premier mouvement, le poids du corps passe sur la jambe gauche pour permettre le déplacement du pied droit. 2. Dans le deuxième mouvement, le poids du corps passe sur la jambe droite pour permettre le déplacement du pied gauche. 3. Dans le retour en garde, le poids du corps se répartit sur les deux jambes. <p>* Les appuis : les pieds sont à plat au sol. * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc ne bouge pas durant tout le mouvement.</p>
<p style="text-align: center;">LA PASSE ARRIÈRE</p>	<p>Déplacement alternatif des deux pieds vers l'arrière (correspondant à deux retraites) permettant de s'éloigner du partenaire. Ce mouvement se décompose en deux temps :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Déplacer le pied avant, sans bouger sa position et son orientation, derrière le pied arrière. 2. Replacer le pied arrière derrière le pied avant pour retrouver la position initiale. 	<p>* Le poids du corps <i>En garde à droite :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dans le premier mouvement, le poids du corps passe sur la jambe gauche pour permettre le déplacement du pied droit avant. 2. Dans le deuxième mouvement, le poids du corps passe sur la jambe droite pour permettre le déplacement du pied gauche. 3. Dans le retour en garde, le poids du corps se répartit sur les deux jambes. <p><i>En garde à gauche :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dans le premier mouvement, le poids du corps passe sur la jambe droite pour permettre le déplacement du pied gauche avant. 2. Dans le deuxième mouvement, le poids du corps passe sur la jambe gauche pour permettre le déplacement du pied droit. 3. Dans le retour en garde, le poids du corps se répartit sur les deux jambes. <p>* Les appuis : les pieds sont à plat au sol. * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc ne bouge pas durant tout le mouvement.</p>



TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p>CHANGEMENT DE GARDE AVANT</p>	<p>Mouvement en un seul temps vers l'avant permettant de se retrouver dans une position de garde différente de celle d'origine (de la garde à droite à la garde à gauche). Ce mouvement consiste à passer le pied arrière devant le pied avant en exécutant un pivot sur la jambe avant afin d'effectuer un changement de garde vers l'avant. À la fin de ce mouvement, le pied arrière est devenu pied avant, et le pied avant est devenu pied arrière. Cette action a pour but de se retrouver dans la garde inverse à celle où l'on se trouvait au départ de l'action.</p>	<p><i>En garde à droite :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : en déplaçant celui-ci sur la jambe droite, pivoter d'un quart de tour à droite vers l'avant, en levant légèrement le talon du pied gauche afin de permettre le pivot, puis poser le talon afin de retrouver son appui. En même temps, le pied gauche vient se placer devant le pied droit perpendiculairement à ce dernier. L'écart entre les deux pieds est le même que celui de la position de garde initiale. Les talons sont l'un en face de l'autre. <p><i>En garde à gauche :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : en déplaçant celui-ci sur la jambe gauche, pivoter d'un quart de tour à gauche vers l'avant, en levant légèrement le talon du pied gauche afin de permettre le pivot, puis poser le talon afin de retrouver son appui. En même temps, le pied droit vient se placer devant le pied gauche perpendiculairement à ce dernier. L'écart entre les deux pieds est le même que celui de la position de garde initiale. Les talons sont l'un en face de l'autre. <p><i>Quelle que soit la garde :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Les appuis : les pieds sont à plat au sol au terme du mouvement. * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc et les bras ne bougent pas durant tout le mouvement. Un pratiquant aguerri pourra donner un petit mouvement des bras durant le changement de garde.
<p>CHANGEMENT DE GARDE ARRIÈRE</p>	<p>Mouvement en un seul temps vers l'arrière permettant de se retrouver dans une position de garde différente de celle d'origine (de la garde à droite à la garde à gauche). Ce mouvement consiste à passer le pied avant derrière le pied arrière en exécutant un pivot sur la jambe arrière afin d'effectuer un changement de garde vers l'arrière. À la fin de ce mouvement, le pied avant est devenu pied arrière, et le pied arrière est devenu pied avant. Cette action a pour but de se retrouver dans la garde inverse à celle où l'on se trouvait au départ de l'action.</p>	<p><i>En garde à droite :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : en déplaçant celui-ci sur la jambe gauche, pivoter d'un quart de tour à droite vers l'arrière, en levant légèrement le talon du pied gauche afin de permettre le pivot, puis poser le talon afin de retrouver son appui. En même temps, le pied droit vient se placer derrière le pied gauche perpendiculairement à ce dernier. L'écart entre les deux pieds est le même que celui de la position de garde initiale. Les talons sont l'un en face de l'autre. <p><i>En garde à gauche :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : en déplaçant celui-ci sur la jambe droite, pivoter d'un quart de tour à gauche vers l'arrière, en levant légèrement le talon du pied droit afin de permettre le pivot, puis poser le talon afin de retrouver son appui. En même temps, le pied gauche vient se placer derrière le pied droit perpendiculairement à ce dernier. L'écart entre les deux pieds est le même que celui de la position de garde initiale. Les talons sont l'un en face de l'autre. <p><i>Quelle que soit la garde :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Les appuis : les pieds sont à plat au sol au terme du mouvement. * Flexion des jambes : elles restent fléchies durant tout le mouvement. * Tronc - épaules : le tronc et les bras ne bougent pas durant tout le mouvement. Un pratiquant aguerri pourra donner un petit mouvement des bras durant le changement de garde.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
FENTE	<p>Procédé d'action offensive. Quelle que soit la position de garde (à droite ou à gauche), la fente se décompose en trois phases qui vont se réaliser en un seul temps : une phase avant, une phase centrale, une phase arrière. La réalisation de la fente suppose une position de garde en parfait équilibre. L'enchaînement de ces trois phases en un seul mouvement contribuera à l'exécution d'une fente efficace et harmonieuse. <i>Nota</i> : l'association du bras armé dans une action offensive constitue ce qu'on appelle « le développement ».</p> <p>Un tireur en garde à droite effectue une fente à droite. Un tireur en garde à gauche effectue une fente à gauche.</p>	<p>La fente se décompose en trois phases qui s'exécutent dans le même mouvement.</p> <p><i>La phase avant et la réception :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe arrière afin de pouvoir libérer la jambe avant. Décoller la pointe du pied avant et lancer ce dernier vers l'avant. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied avant, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied par sa pose totale. * Flexion de la jambe avant : le mollet se retrouve perpendiculaire au sol. <p><i>La phase centrale et l'équilibre :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * Tronc - épaules : afin de conserver le tronc et les épaules droites (parallèles au sol), assurant ainsi un parfait équilibre, le bassin exécutera un léger mouvement vers l'avant lors de la lancée de la jambe avant. <p><i>La phase arrière et « le moteur » :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> * La jambe arrière : il s'agit de détendre la jambe arrière afin de réaliser une poussée horizontale (et non verticale). Le pied arrière reste rigoureusement à plat au sol et la jambe arrière est tendue. * Les bras : <ul style="list-style-type: none"> · Le bras armé exécutera une action offensive. · Le bras non armé pourra rester en position offensive ou s'allonger vers l'arrière contribuant ainsi à renforcer l'équilibre de la fente. · Dans le cas où les deux bras sont armés, le bras arrière restera offensif.
FENTE DIAGONALE GAUCHE	<p><i>Nota</i> : les principes de base de la fente à droite ou à gauche restent applicables à la fente diagonale gauche.</p> <p>De la position de garde à droite, lancer la jambe gauche vers la gauche sur la diagonale passant par le milieu de l'angle formé par les deux talons. La jambe gauche est fléchie et la jambe droite est tendue. De la position de garde à gauche, lancer la jambe gauche vers la gauche en diagonale. La jambe gauche est fléchie et la jambe droite est tendue.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe droite afin de pouvoir libérer la jambe gauche. Au terme de l'action, le poids du corps se retrouve plus porté sur la jambe gauche. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied gauche, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied droit ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe gauche conservera sa flexion. * Tronc - épaules : le tronc reste droit et les bras exécuteront le mouvement offensif approprié.
FENTE DIAGONALE DROITE	<p><i>Nota</i> : les principes de base de la fente à droite ou à gauche restent applicables à la fente diagonale droite.</p> <p>De la position de garde à droite, lancer la jambe droite vers la droite en diagonale. La jambe droite est fléchie et la jambe gauche est tendue. De la position de garde à gauche, lancer la jambe droite vers la droite sur la diagonale passant par le milieu de l'angle formé par les deux talons. La jambe droite est fléchie et la jambe gauche est tendue.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se retrouve plus porté sur la jambe droite. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe droite conservera sa flexion. * Tronc - épaules : le tronc reste droit et les bras exécuteront le mouvement offensif approprié.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p>FENTE LATÉRALE DROITE</p>	<p><i>Nota</i> : les principes de base de la fente à droite ou à gauche restent applicables à la fente latérale droite.</p> <p>De la position de garde à droite, lancer la jambe droite vers la droite sur la même ligne que le pied arrière. La jambe droite est fléchie et la jambe gauche est tendue.</p> <p>De la position de garde à gauche, lancer la jambe droite vers la droite sur la même ligne que le pied gauche. La jambe droite est fléchie et la jambe gauche est tendue.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se retrouve plus porté sur la jambe droite. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe droite conservera sa flexion. * Tronc - épaules : le tronc reste droit, et les bras exécuteront le mouvement offensif approprié.
<p>FENTE LATÉRALE GAUCHE</p>	<p><i>Nota</i> : les principes de base de la fente à droite ou à gauche restent applicables à la fente latérale gauche.</p> <p>De la position de garde à droite, lancer la jambe gauche vers la gauche sur la même ligne que le pied avant. La jambe gauche est fléchie et la jambe droite est tendue.</p> <p>De la position de garde à gauche, lancer la jambe gauche vers la gauche sur la même ligne que le pied arrière. La jambe gauche est fléchie et la jambe droite est tendue.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se retrouve plus porté sur la jambe droite. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe droite conservera sa flexion. * Tronc - épaules : le tronc reste droit et les bras exécuteront le mouvement offensif approprié.
<p>FENTE ARRIÈRE</p>	<p>De la position de garde à droite, lancer la jambe gauche vers l'arrière, cette dernière est tendue tandis que la jambe droite est fléchie.</p> <p>De la position de garde à gauche, lancer la jambe droite vers l'arrière, cette dernière est tendue tandis que la jambe gauche est fléchie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe droite afin de pouvoir libérer la jambe gauche. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur les deux jambes. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur la pointe du pied gauche, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied droit ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe droite conservera sa flexion, la jambe gauche étant allongée. * Tronc - épaules : le tronc reste droit, et les bras exécuteront le mouvement offensif ou défensif approprié. * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur les deux jambes. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur la pointe du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe gauche conservera sa flexion, la jambe droite étant allongée. * Tronc - épaules : le tronc reste droit, et les bras exécuteront le mouvement offensif ou défensif approprié.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p style="text-align: center;">FENTE À GAUCHE FENTE À DROITE</p>	<p>De la position de garde à droite, bras gauche armé : allonger le bras gauche et se fendre en lançant la jambe droite vers l'avant. (voir « Fente »)</p> <p>De la position de garde à gauche, bras droit armé : allonger le bras droit et se fendre en lançant la jambe gauche vers l'avant. (voir « Fente »)</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur les deux jambes. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : la jambe droite est fléchie, la jambe gauche étant allongée. * Tronc - épaules : le bassin pivotera légèrement vers la droite en même temps que les épaules pour permettre le mouvement offensif du bras gauche. Le bras droit peut également être tendu vers l'avant ou partir vers l'arrière afin de garder l'équilibre. <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe droite afin de pouvoir libérer la jambe gauche. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur les deux jambes. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur le talon du pied gauche, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied droit ne bouge pas. * Flexion des jambes : la jambe gauche est fléchie, la jambe droite étant allongée. * Tronc - épaules : le bassin pivotera légèrement vers la gauche en même temps que les épaules pour permettre le mouvement offensif du bras droit. Le bras gauche peut également être tendu vers l'avant ou partir vers l'arrière afin de garder l'équilibre.
<p style="text-align: center;">FENTE INVERSÉE ARRIÈRE</p>	<p>De la position de garde à droite, lancer la jambe gauche vers l'arrière en fléchissant celle-ci et en tendant la jambe droite.</p> <p>Cette action est souvent utilisée comme esquivé : le bras armé prend la position de quinte inversé, et le bras non armé se place en arrière pour équilibrer l'action.</p> <p>De la position de garde à gauche, lancer la jambe droite vers l'arrière en fléchissant celle-ci et en tendant la jambe gauche.</p> <p>Cette action est souvent utilisée comme esquivé : le bras armé prend la position de quinte inversée, et le bras non armé se place en arrière pour équilibrer l'action.</p> <p>Que l'on soit dans la position de garde à droite ou à gauche, une variante de cette action consiste, au moment où on lance la jambe arrière, à « jeter » les bras et la tête vers l'arrière en pivotant légèrement le bassin.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe droite afin de pouvoir libérer la jambe gauche. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur la jambe gauche pour soustraire le tronc et la tête à l'action adverse. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur la pointe du pied gauche, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied droit ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe gauche conservera sa flexion, la jambe droite étant allongée. * Tronc - épaules : suivant l'action que l'on souhaite exécuter, le tronc sera plus ou moins penché sur la jambe arrière. La tête restera face au partenaire. <ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe gauche afin de pouvoir libérer la jambe droite. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve sur la jambe droite pour soustraire le tronc et la tête à l'action adverse. * Les appuis : la réception de la fente se fera sur la pointe du pied droit, puis l'appui se fera sur toute la plante du pied. Le pied gauche ne bouge pas. * Flexion des jambes : seule la jambe droite conservera sa flexion, la jambe gauche étant allongée. * Tronc - épaules : suivant l'action que l'on souhaite exécuter, le tronc sera plus ou moins penché sur la jambe arrière. La tête restera face au partenaire.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p align="center">DÉPLACEMENT LATÉRAL DROIT SANS CROISÉ</p>	<p>Mouvement du corps permettant un déplacement latéral en restant en position de garde. De la position de garde droite ou gauche, déplacer le pied droit vers la droite de façon latérale puis le pied gauche et reprendre la position de garde d'origine.</p>	<p>* Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe opposée à celle que l'on souhaite mouvoir. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve réparti sur les deux jambes. Ainsi : <i>Garde à droite</i> : poids du corps jambe arrière, jambe avant, deux jambes. <i>Garde à gauche</i> : poids du corps jambe avant, puis jambe arrière, puis deux jambes. * Les appuis : ils se feront sur la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre.</p>
<p align="center">DÉPLACEMENT LATÉRAL DROIT EN CROISANT</p>	<p>Mouvement du corps permettant un déplacement latéral en restant en position de garde. De la position de garde droite ou gauche, déplacer le pied gauche vers la droite de façon latérale puis le pied droit et reprendre la position de garde d'origine.</p>	<p>* Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe opposée à celle que l'on souhaite mouvoir. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve réparti sur les deux jambes. Ainsi : <i>Garde à droite</i> : poids du corps jambe avant, jambe arrière, deux jambes. <i>Garde à gauche</i> : poids du corps jambe arrière, jambe avant, puis deux jambes. * Les appuis : ils se feront sur la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre.</p>
<p align="center">DÉPLACEMENT LATÉRAL GAUCHE SANS CROISÉ</p>	<p>Mouvement du corps permettant un déplacement latéral en restant en position de garde. De la position de garde droite ou gauche, déplacer le pied gauche vers la gauche de façon latérale puis le pied droit et reprendre la position de garde d'origine.</p>	<p>* Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe opposée à celle que l'on souhaite mouvoir. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve réparti sur les deux jambes. Ainsi : <i>Garde à droite</i> : poids du corps jambe avant, jambe arrière, deux jambes <i>Garde à gauche</i> : poids du corps jambe arrière, jambe avant, puis deux jambes. * Les appuis : ils se feront sur la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre.</p>
<p align="center">DÉPLACEMENT LATÉRAL GAUCHE EN CROISANT</p>	<p>Mouvement du corps permettant un déplacement latéral en restant en position de garde. De la position de garde droite ou gauche, déplacer le pied droit vers la gauche de façon latérale, puis le pied gauche et reprendre la position de garde d'origine.</p>	<p>* Le poids du corps : il se déplace légèrement sur la jambe opposée à celle que l'on souhaite mouvoir. Au terme de l'action, le poids du corps se trouve réparti sur les deux jambes. Ainsi : <i>Garde à droite</i> : poids du corps jambe arrière, jambe avant, deux jambes. <i>Garde à gauche</i> : poids du corps jambe avant, jambe arrière, puis deux jambes. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre.</p>

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
BOND AVANT	Déplacement constitué par une progression simultanée des pieds vers l'avant. De la position de garde droite ou gauche , saut vers l'avant, les pieds rasant le sol dans un même mouvement, la réception se faisant sur les deux pieds simultanément.	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il reste sur les deux jambes, la poussée vers l'avant s'effectuant sur les deux jambes à la fois. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre, les bras pouvant effectuer l'action offensive appropriée.
BOND ARRIÈRE	Déplacement constitué par une progression simultanée des pieds vers l'arrière. De la position de garde droite ou gauche , saut vers l'arrière les pieds rasant le sol dans un même mouvement, la réception se faisant sur les deux pieds simultanément.	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il reste sur les deux jambes, la poussée vers l'arrière s'effectuant sur les deux jambes à la fois. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : les jambes conserveront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre, les bras pouvant effectuer l'action défensive appropriée.
ESQUIVE EN SE BAISSANT	Mouvement permettant de soustraire le corps à une action offensive sans prendre de parade. Ce mouvement consiste à effectuer une flexion maximale des jambes pour éviter une action offensive à la figure. Par sécurité, l'esquive en se baissant se fera par un bond arrière afin de conserver la distance avec le partenaire.	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il reste sur les deux jambes à la fois. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : elles seront fléchies au maximum. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre, les bras seront baissés par sécurité, la main non armée saisissant la lame afin que celle-ci soit parallèle au sol (pointe de l'arme hors de la direction du partenaire en tenant l'arme contre soi).
ESQUIVE EN SAUTANT	Mouvement permettant de soustraire le corps à une action offensive sans prendre de parade. Ce mouvement consiste à effectuer une extension maximale des jambes pour éviter une action offensive aux pieds. Par sécurité, l'esquive en sautant se fera par un bond arrière afin de conserver la distance avec le partenaire.	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il reste sur les deux jambes à la fois. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : elles resteront fléchies dans le saut. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre, les bras seront levés par sécurité, la main non armée saisissant la lame afin que celle-ci soit parallèle au sol (pointe de l'arme hors de la direction du partenaire en tenant l'arme au-dessus de la tête).
ESQUIVE ARRIÈRE	Mouvement permettant de soustraire le corps à une action offensive sans prendre de parade. Ce mouvement consiste à esquiver une action offensive arrivant au ventre en effectuant un bond arrière en redressant le corps (jambe tendue), en montant les bras tendus au-dessus de la tête, et en rentrant le ventre.	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : il reste sur les deux jambes à la fois. * Les appuis : ils se feront sur la totalité de la plante des pieds. * Flexion des jambes : elles perdront leur flexion. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre, les deux bras seront tendus au-dessus de la tête par sécurité, la main non armée saisissant la lame afin que celle-ci soit parallèle au sol (pointe de l'arme hors de la direction du partenaire en tenant l'arme au-dessus de la tête). Le tronc effectuera une légère incurvation vers l'arrière en « rentrant le ventre », tout en prenant garde de ne pas pencher la tête vers l'avant.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
ESQUIVE À DROITE	<p>Mouvement permettant de soustraire le corps à une action offensive sans prendre de parade.</p> <p>Que l'on soit droitier ou gaucher, ce mouvement consiste à éviter par un retrait du corps une attaque du partenaire qui arrive sur l'épaule gauche.</p> <p>Ce genre d'esquive se réalise sur un partenaire qui n'est pas en position de garde.</p>	<p>Effacer l'épaule gauche en déplaçant le pied gauche par un large mouvement vers l'arrière sur le côté, en prenant la distance comme pour une retraite, et en tournant le bassin. Puis ramener le pied droit pour retrouver l'équilibre de la position de garde, et conserver la distance.</p> <p>Le corps est effacé l'épaule droite vers le partenaire.</p> <p>L'arme se trouve le long du corps, pointe vers le sol.</p>
ESQUIVE À GAUCHE	<p>Mouvement permettant de soustraire le corps à une action offensive sans prendre de parade.</p> <p>Que l'on soit droitier ou gaucher, ce mouvement consiste à éviter par un retrait du corps une attaque du partenaire qui arrive sur l'épaule droite.</p> <p>Ce genre d'esquive se réalise sur un partenaire qui n'est pas en position de garde.</p>	<p>Effacer l'épaule droite en déplaçant le pied droit par un large mouvement vers l'arrière sur le côté, en prenant la distance comme pour une retraite, et en tournant le bassin. Puis ramener le pied gauche pour retrouver l'équilibre de la position de garde, et conserver la distance.</p> <p>Le corps est effacé l'épaule gauche vers le partenaire.</p> <p>L'arme se trouve le long du corps, pointe vers le sol.</p>
VOLTE AVANT	<p>Ce mouvement consiste à effectuer un déplacement vers l'avant dans lequel l'exécutant tourne le dos à son partenaire.</p> <p>À la fin de ce mouvement, l'exécutant se retrouve dans la même garde qu'au départ de l'action.</p> <p>La volte s'exécute en deux phases :</p> <ul style="list-style-type: none"> · Un changement de garde avant. · Une contre-volte avant (mouvement tournant dans lequel l'exécutant change de garde après avoir tourné le dos à son partenaire). 	<ul style="list-style-type: none"> * Première phase : <i>Changement de garde avant</i> : voir description dans le glossaire * Deuxième phase : <i>Contre-volte avant</i> : voir description dans le glossaire. <p>Ces deux mouvements doivent s'enchaîner en parfait équilibre et dans le même rythme.</p> <p>Les bras servent de balancier et, à la fin de la contre-volte, avant de porter un mouvement offensif, il convient :</p> <ul style="list-style-type: none"> · De retrouver son équilibre. · De placer la tête face au partenaire afin d'assurer la sécurité de l'action.
VOLTE ARRIÈRE	<p>Ce mouvement consiste à effectuer un déplacement vers l'arrière dans lequel l'exécutant tourne le dos à son partenaire.</p> <p>À la fin de ce mouvement, l'exécutant se retrouve dans la même garde qu'au départ de l'action.</p> <p>La volte s'exécute en deux phases :</p> <ul style="list-style-type: none"> · Un changement de garde arrière. · Une contre-volte arrière (mouvement tournant dans lequel l'exécutant change de garde après avoir tourné le dos à son partenaire). 	<ul style="list-style-type: none"> * Première phase : <i>Changement de garde avant</i> : voir description dans le glossaire * Deuxième phase : <i>Contre-volte avant</i> : voir description dans le glossaire. <p>Ces deux mouvements doivent s'enchaîner en parfait équilibre et dans le même rythme.</p> <p>Les bras servent de balancier, et à la fin de la contre-volte, avant de porter un mouvement offensif, il convient :</p> <ul style="list-style-type: none"> · De retrouver son équilibre. · De placer la tête face au partenaire afin d'assurer la sécurité de l'action.

TERMINOLOGIE AAF	DÉFINITION - DESCRIPTION	DESCRIPTION TECHNIQUE
<p style="text-align: center;">CONTRE-VOLTE AVANT</p>	<p>Ce mouvement consiste à effectuer un déplacement vers l'avant dans lequel l'exécutant tourne le dos à son partenaire. À la fin de ce mouvement, l'exécutant se retrouve dans une garde différente du départ de l'action.</p> <p><i>De la position de garde à droite :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Pivoter vers l'avant sur la jambe droite en tournant le dos au partenaire (extérieur du corps) et en amenant la jambe gauche devant. · Poser le pied gauche face au partenaire, en position de garde à gauche. · Le pied droit est en position de pied arrière dans une position de garde à gauche. <p><i>De la position de garde à gauche :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Pivoter vers l'avant sur la jambe gauche en tournant le dos au partenaire (extérieur du corps) et en amenant la jambe droite devant. · Poser le pied droit face au partenaire, en position de garde à droite. · Le pied gauche est en position de pied arrière dans une position de garde à droite. 	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : léger transfert sur la jambe avant pour permettre le pivot sur cette jambe et le déplacement de la jambe arrière. À la fin du mouvement, le poids du corps est à nouveau réparti sur les deux jambes. * Le pivot : il se réalise sur la pointe du pied avant (en levant le talon). * Les pieds : le pied avant prend la position du pied arrière, le pied arrière prend la position du pied avant. * Flexion des jambes : elles garderont leur flexion durant l'exécution du mouvement. * Les bras : <ul style="list-style-type: none"> · Durant l'exécution du mouvement, les bras resteront fléchis. · À la fin de l'exécution du mouvement, le bras arrière deviendra bras avant, et le bras avant deviendra bras arrière. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre. * La tête : dans le mouvement tournant elle précèdera la pause du pied avant afin de maîtriser l'équilibre et contrôler toute action offensive.
<p style="text-align: center;">CONTRE-VOLTE ARRIÈRE</p>	<p>Ce mouvement consiste à effectuer un déplacement vers l'arrière dans lequel l'exécutant tourne le dos à son partenaire. À la fin de ce mouvement, l'exécutant se retrouve dans une garde différente du départ de l'action.</p> <p><i>De la position de garde à droite :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Pivoter vers l'arrière sur la jambe gauche en tournant le dos au partenaire (intérieur du corps) et en amenant la jambe droite vers l'arrière. · Poser le pied droit en position de pied arrière dans une position de garde à gauche. · Le pied gauche est en position de pied avant dans une position de garde à gauche. <p><i>De la position de garde à gauche :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Pivoter vers l'arrière sur la jambe droite en tournant le dos au partenaire (intérieur du corps) et en amenant la jambe gauche vers l'arrière. · Poser le pied gauche en position de pied arrière dans une position de garde à droite. · Le pied droit est en position de pied avant dans une position de garde à droite. 	<ul style="list-style-type: none"> * Le poids du corps : léger transfert sur la jambe arrière pour permettre le pivot sur cette jambe et le déplacement de la jambe avant. À la fin du mouvement, le poids du corps est à nouveau réparti sur les deux jambes. * Le pivot : il se réalise sur la pointe du pied arrière (en levant le talon). * Les pieds : le pied avant prend la position du pied arrière, le pied arrière prend la position du pied avant. * Flexion des jambes : elles garderont leur flexion durant l'exécution du mouvement. * Les bras : <ul style="list-style-type: none"> · Durant l'exécution du mouvement les bras resteront fléchis. · À la fin de l'exécution du mouvement, le bras arrière deviendra bras avant, et le bras avant deviendra bras arrière. * Tronc - épaules : le tronc et les épaules resteront en équilibre. * La tête : dans le mouvement tournant, elle précèdera la pause du pied avant afin de maîtriser l'équilibre et contrôler toute action offensive.

3. Historique

(Michel OLIVIER)

A. L'Écime, du duel à la pratique sportive

Un peu d'histoire

De tout temps, l'homme a pratiqué l'escrime que ce soit pour se nourrir, protéger sa vie (brigands, voleurs) ou défendre son pays (guerre).

Créateurs des Jeux olympiques, les Grecs inscrivaient déjà l'escrime dans leurs épreuves.

Sous les Romains, c'est dans l'arène des Jeux du cirque que les gladiateurs s'adonnent à cette discipline.

Au Moyen Âge, les armes s'alourdissent. Équipés de solides armures pour se protéger des coups de leurs ennemis, les chevaliers Bayard, Ivanhoé ou Lancelot du Lac manient l'épée à deux mains. Avec l'apparition de la poudre et des armes à feu, les armures disparaissent, les armes s'allègent, le gant de cuir remplace le gant de métal.

Apparaît alors, en Espagne, une arme légère qui se manie à une main : la Rapière. Ancêtre de l'épée, on l'utilise fréquemment du début du XVI^e siècle (François I^{er}) jusqu'au milieu du XVII^e siècle (Louis XIV). Elle devient l'arme privilégiée des Mousquetaires, comme le fameux d'Artagnan, de son vrai nom Charles de Batz Castelmore, Comte d'Artagnan.

À cette époque, de nombreux nobles se battent en duel sans réelle raison. Les Rois promulguent alors des édits, pour interdire les duels et punir sévèrement ceux qui enfreignent la loi. Ce fut l'une des actions du cardinal de Richelieu, Premier ministre de Louis XIII. Sous Louis XIV, les armes évoluent avec l'apparition du fleuret, une arme d'étude légère. Utilisée dans les salles d'armes, elle sert à pratiquer l'Écime sans avoir la volonté de se battre pour tuer ou blesser, mais juste pour le plaisir.

L'abandon de la rapière pour l'épée de cour modifia également la manière de pratiquer. Ainsi, sous Louis XV, les duels revêtent plus d'élégance et de courtoisie.

Après la période agitée de la révolution, puis les guerres napoléoniennes, les duels réapparaissent. Ils sont alors réglementés par un code du duel caractérisé par « le point d'honneur ».

On voit bon nombre de journalistes, d'écrivains, d'hommes politiques, d'artistes se battre en duel à l'épée ou au pistolet en respectant le code de l'honneur, tout en enfreignant le code pénal, interdisant les duels.

À la fin du XIX^e siècle, après la guerre de 1870, les salles d'armes parisiennes rouvrent leurs portes. Le monde de la vieille noblesse, de la finance et de la littérature s'y donne rendez-vous pour croiser le fer.

L'escrime devient un art d'agrément et une discipline sportive. Le premier tournoi a lieu en 1893

à Paris. Depuis 1896, la discipline est présente aux Jeux olympiques.

Au cours des siècles, l'apprentissage de l'escrime fait partie de la bien-séance et du savoir-vivre au même titre que la danse, la musique, le chant, ou l'équitation.

Nos rois de France pratiquaient cet art de manier les armes blanches au plastron de leur Maître d'armes.



4. Approche de l'Écime Artistique à l'école primaire

A. Approche aux cycles 2 et 3

(Laurent PICCIOLI) Conditions d'organisation

COMPÉTENCES DES PROGRAMMES	APPRENTISSAGES ATTENDUS	LIENS AVEC LES AUTRES DISCIPLINES
<ul style="list-style-type: none"> * Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique. * Coopérer avec un ou plusieurs camarades. * S'impliquer dans un projet individuel ou collectif. 	<ul style="list-style-type: none"> * Habiletés motrices et décisionnelles : <ul style="list-style-type: none"> · Réaliser des déplacements et coordinations motrices spécifiques. · Inventer, mémoriser et enchaîner des suites d'actions codifiées. * Les savoirs sociaux et cognitifs : <ul style="list-style-type: none"> · Coopérer avec un ou plusieurs camarades. · Respecter des règles, des codifications. · Se concentrer sur la durée d'une production structurée. 	<ul style="list-style-type: none"> * Éducation civique et morale : <ul style="list-style-type: none"> · Développer l'esprit critique vis-à-vis du cinéma (analyse des scènes de combat). * Histoire des arts : <ul style="list-style-type: none"> · Évolution de l'escrime au cours du temps. · Arts du spectacle vivant (théâtre, spectacle de rue, spectacle médiéval, ex. : Guédelon...). · Arts du visuel (cinéma) : <i>Zorro, Robin des Bois, La fille de d'Artagnan, Les 3 Mousquetaires, Star Wars...</i>

Conditions d'organisation : 10 à 12 séances.

Rencontre inter-écoles : non adaptée

SITUATION D'ENTRÉE DANS L'ACTIVITÉ	SITUATIONS D'APPRENTISSAGE	ÉVALUATION FINALE SITUATION REPÈRE
<p>« Se familiariser avec le matériel »</p> <ul style="list-style-type: none"> · Présenter la structure d'une séance, son déroulement. · Présenter les codes du jeu : temps et espace. · Présenter les règles d'or. · S'équiper. <p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> · Saluer son adversaire. · Essayer de le toucher sans se faire toucher. · Saluer et se serrer la main. <p>Buts pour l'élève :</p> <ul style="list-style-type: none"> · Appréhender la notion d'escrime sportive pour aller vers l'escrime artistique. · Présenter les règles de l'escrime artistique : de l'opposition à la coopération 	<p>Le module d'apprentissage s'appuie sur la constitution d'un répertoire d'actions codifiées qui servira à la création d'un enchaînement (vers le spectacle - niveau 2) :</p> <p><i>Une étape peut nécessiter plusieurs séances. L'ordre des étapes peut être modifié.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Étape 1 : l'attaque à la tête. Construire la notion d'attaque et de défense. · Étape 2 : l'attaque au ventre. Construire la notion d'attaque et de défense. · Étape 3 : les enchaînements. Construire la notion d'enchaînement. · Étape 4 : l'attaque au flanc. Construire la notion d'attaque et de défense. · Étape 5 : les esquives. Construire la notion de défense. · Étape 6 : les battements. Construire la notion de distance optimum. · Étape 7 : les coupés. Construire la notion d'attaque et de défense. 	<ul style="list-style-type: none"> * Spectacle : À deux, présenter la mise en scène d'un combat avec : <ul style="list-style-type: none"> · Salut, · Enchaînement d'actions scénarisées, · Salut final face à un public (la classe, une autre classe, les parents...)

COMPÉTENCES DES PROGRAMMES	APPRENTISSAGES ATTENDUS	LIENS AVEC LES AUTRES DISCIPLINES
<ul style="list-style-type: none"> · Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique. · Coopérer avec un ou plusieurs camarades. · S'impliquer dans un projet individuel ou collectif. 	<ul style="list-style-type: none"> * Habiletés motrices et décisionnelles : <ul style="list-style-type: none"> · Réaliser des déplacements et coordinations motrices spécifiques. · Inventer, mémoriser et enchaîner des suites d'actions codifiées. * Les savoirs sociaux et cognitifs : <ul style="list-style-type: none"> · Coopérer avec un ou plusieurs camarades. · Respecter des règles, des codifications. · Se concentrer sur la durée d'une production structurée. 	<ul style="list-style-type: none"> * Français : <ul style="list-style-type: none"> · Rédiger la trame de la chorégraphie du « combat » en utilisant un vocabulaire spécifique. · Théâtralisation d'un texte (ex. : tirade du nez de Cyrano de Bergerac). * La voix et l'écoute : <ul style="list-style-type: none"> · Grâce à des activités d'écoute, sélectionner une œuvre musicale adaptée à l'objectif recherché (spectacle final).

SITUATION D'ENTRÉE DANS L'ACTIVITÉ	SITUATIONS D'APPRENTISSAGE	ÉVALUATION FINALE SITUATION REPÈRE
<p>« Réviser le catalogue d'actions »</p> <ul style="list-style-type: none"> · Rappeler les codes du jeu : temps et espace. · Rappeler les règles d'or. · S'équiper. 	<p>Le module d'apprentissage s'appuie sur le répertoire d'actions construit lors du niveau 1 du module :</p> <p><i>Une étape peut nécessiter plusieurs séances.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · Étape 1 : la chorégraphie. Construire la notion de scénario. · Étape 2 : la touche finale. Construire la notion de scénario. · Étape 3 : le spectacle. Réinvestir les acquis dans un projet d'expression scénique. 	<ul style="list-style-type: none"> * Spectacle collectif : Mise en scène d'un combat avec : <ul style="list-style-type: none"> · Salut, · Enchaînement d'actions scénarisées, · Touche finale <p>Face à un public, une caméra...</p>



Escrime Artistique

SOMMAIRE DES SÉANCES

1. Introduction à l'escrime sportive
2. Attaque tête
3. Attaque ventre
4. Enchaînements
5. Attaque flanc
6. Esquives
7. Battements
8. Couper tête et pieds
9. Écriture - enchaînement
10. Action finale - répétition
11. Répétition
12. Répétition film

Sommaire des acquis techniques

Le salut	La position de garde	L'attaque à la tête	La parade de la tête	L'attaque au ventre
La parade du ventre pointe en haut	La parade du ventre pointe en bas	L'attaque au flanc	La parade du flanc pointe en haut	La parade du flanc pointe en bas
L'esquive en arrière	L'esquive à droite	L'esquive à gauche	Les battements pointe en haut	Les battements pointe en bas
Le couper tête	L'esquive en se baissant	Le couper pieds	L'esquive en sautant	

ORGANISATION DE LA SÉANCE TYPE

(à partir de la 2^e séance)

- Habillage
- Rappel des consignes de sécurité
- Rappel des acquis précédents, avec enchaînement d'échauffement
- Situation problème ouvrant sur de nouvelles acquisitions
- Travail en enchaînement sur les nouvelles acquisitions
- Jeu de combat : « Jeu du château »... pour finir la séance en ferrailant un petit peu.

DÉROULÉ DES SÉANCES

SÉANCE 1

Mise en place des règles de sécurité et utilisation du matériel :
Un peu de vocabulaire.

« Qui a déjà vu de l'escrime ? »

Évacuer les envies de parler d'escrime : cinéma, sport, etc.
Il en découle que l'on va se servir D'ARMES (les montrer). On en conclue qu'il va falloir se protéger avec UN MASQUE et UNE VESTE.
Mettre le matériel (nécessite une bonne dizaine de minutes la première fois). On fait faire aux élèves « le petit train » pour attacher les fermetures.

Premières règles de base :

« ON NE PREND JAMAIS D'ARME À LA MAIN TANT QUE TOUT LE MONDE N'A PAS UN MASQUE SUR LA TÊTE. »

« Tout le monde a un masque ? »

« Alors choisissez un partenaire et prenez chacun une arme. »

But du jeu de l'escrime : « Toucher son adversaire avec son arme sans se faire toucher. »

CONSIGNE

« Dans tous les sports de combat, on salue son adversaire avant et après chaque assaut. »

› Premier acquis technique : le salut.



Démonstration du salut en 3 temps : le bras armé est tendu en l'air, pointe dirigée vers le « ciel ». Le bras se plie, la coquille sous le menton, la lame devant le visage « vie ».

Le bras se baisse, se tend, la pointe vers le sol « terre ».

Petite astuce : « ciel, vie, terre. »

« Vous saluez votre adversaire et vous commencez. »

« Vous vous arrêtez au signal « HALTE ! »

RÉGULATIONS

Certains élèves tiennent l'arme à 2 mains :

• « Si vous fatiguez, vous pouvez changer de main, mais ne pas prendre l'arme à 2 mains. »

Certains sont plaqués au mur :

• « Que fait-on lorsque l'un des deux est contre le mur ? »

• « On revient au milieu de la piste. »

Certains touchent plusieurs fois d'affilée :

• « On va revenir au milieu à chaque fois que l'un des deux est touché. »

Certains touchent les jambes :

• « Comme il n'y a pas de protection aux jambes il faut éviter de toucher les jambes. »

Après un certain temps d'activité, changement de partenaire.

Comme le masque empêche de reconnaître son adversaire facilement, il vaut mieux opérer à une *rotation organisée*.

L'élève qui est en bout de l'une des deux lignes se décale d'un « cran » à droite (ou à gauche) et celui qui est sans adversaire à l'autre bout de la ligne revient au tout début de la ligne.

CONSIGNE

« Vous saluez votre adversaire et vous lui serrez la main qui n'a pas combattu. Puis, vous changez de partenaire. »

« Je salue mon nouveau partenaire et je commence dès que je suis prêt. »

RÉGULATIONS

Certains commencent à combattre alors que l'adversaire n'est pas prêt :

• « Pour commencer le combat on dit "Prêts ? Allez !" mais comme on n'entend pas bien avec le masque et que vous êtes nombreux, on fait un signe de la main pour "Prêts ?" et la main se baisse sur la cuisse pour "Allez !". »

Certains mettent la main non armée devant le corps :

• « C'est dangereux parce que cette main n'a pas de protection, donc on la cache dans son dos et si elle revient toute seule par réflexe, on tient la veste dans son dos (il y a des petites sangles). »

Après quelques rotations et quand les régulations ont été abordées :

› Deuxième acquis technique : la position de garde.

« C'est la position de départ qui permet d'attaquer, de se défendre, de se déplacer... À votre avis, dans quelle position est-on le plus à l'aise pour faire tout cela ? »

Mise en commun des propositions :

« La meilleure position est celle où la main qui tient l'arme et le pied du même côté sont devant ; sinon, on est tordu. On se met de profil. »

Mise en application sur une ou deux rotations.

Mise en place des définitions de l'escrime artistique.

« Jusqu'à présent, nous avons fait de l'escrime sportive où les deux adversaires sont en opposition. Ils s'affrontent.

À partir de maintenant votre adversaire va devenir un partenaire pour composer un combat inventé par vous et qu'il faudra montrer aux copains comme une poésie ou une saynète de théâtre. »

C'est le moment de parler des films de cape et d'épée (*Zorro, Les trois mousquetaires...*) et du travail des acteurs qui s'entraînent à faire un combat « pour de faux », afin de faire croire à un vrai combat.

« Pour réaliser ces combats, pour les écrire, pour les inventer et les relire, pour les apprendre, on a besoin de "mots". Ces "mots" en escrime artistique sont des gestes que l'on va trouver ensemble. Quand on aura assez de "mots", assez de gestes, on pourra inventer notre combat avec un partenaire. »

SÉANCE 2

Mise en place de la situation problème :

Situation Problème 1 :

« Vous devez toucher votre partenaire sur la tête, quel geste vous allez faire ? »

RÉGULATIONS

Certains touchent avec la pointe : on écarte pour l'instant cette proposition pour des raisons de sécurité.

Le temps de recherche ici sera très court, la solution étant évidente.

On isole le groupe qui donne la solution : « Je tape sur le masque en avançant avec mes jambes. »

Situation Problème 2 :

« Maintenant il faut que votre partenaire « lise » votre geste et sache où vous allez attaquer. Comment lui indiquer par votre geste que vous attaquez à la tête ? »

Le temps de recherche sera plus long pour permettre à chaque groupe de faire plusieurs propositions.

L'enseignant oriente les recherches vers une solution plausible.

Exemple : on écarte rapidement ceux qui se tapent sur la tête avant d'attaquer...

On isole le groupe qui fait un geste circulaire autour de la tête, qui dessine une couronne autour de sa tête avec son arme (le couronné).

À partir de maintenant, quand on attaque à la tête on fera toujours ce geste.

Ce geste, précédé du « couronné » sera nommé « L'attaque à la tête ».

› Troisième acquis technique :

l'attaque à la tête.



On le travaille chacun son tour en faisant varier la vitesse et en faisant attention à la coordination jambes-bras.

Situation Problème 3 :

« Maintenant vous allez chercher comment on peut se défendre (éviter de se faire toucher) quand votre partenaire vous attaque à la tête. Il y a plusieurs solutions ! »

Ici un temps de recherche plutôt long sera à prévoir pour faire apparaître plusieurs solutions. Notre intervention sera une validation de certains gestes et une incitation à en trouver d'autres.

« Voilà, ça c'est bien, mais cherchez moi encore autre chose ! »

Ici, 5 solutions intéressantes peuvent émerger :

- Je recule (esquive en arrière).
- Je m'écarte à droite (esquive à droite).
- Je m'écarte à gauche (esquive à gauche).
- Je me sers de mon arme pour faire un barrage ; je me protège avec mon arme sans croiser le bras devant mon visage (parade de la tête, parade de quinte).

- Ou en croisant les bras devant mon visage (parade de quinte inversée).

On isole un groupe qui propose la parade de la tête (quinte). Si l'attaque se fait en avançant, la défense doit se faire en reculant.

Ce geste s'appelle la parade de la tête.

- › Quatrième acquis technique :
la parade de la tête.



On le travaille en alternant attaque défense en faisant attention à la coordination bras-jambes. Quand j'attaque je fais un grand pas en avant et quand je défends je fais un grand pas en arrière. L'attaquant attend que le défenseur soit en parade pour donner le coup.

SÉANCE 3

Révision : les consignes de sécurité, les acquis techniques (le salut, la position de garde, l'attaque à la tête, la parade de la tête.) Proposition d'un exercice de révision pour l'attaque à la tête et la parade de la tête.

Chacun son tour : attaque à la tête et parade de la tête.

En pensant à tout : on avance d'un grand pas quand on attaque et on recule d'un grand pas pour se défendre, on pense à faire la « couronne » pour signaler l'attaque.

On peut faire varier la vitesse, en commençant très lentement pour décomposer le mouvement puis on peut accélérer.

Situation Problème 4 :

« Vous allez me chercher d'autres endroits à toucher. Et pensez bien à me trouver un geste préalable qui indique à votre partenaire où vous allez toucher. »

On isole plusieurs groupes qui ont trouvé des cibles différentes : le ventre, le flanc, les jambes...

On sélectionne l'attaque au ventre qui s'effectue par l'attaquant dans le plan horizontal (pour couper en deux : les bras d'un côté les jambes de l'autre !).

Le geste préparatoire est un geste de « moulinet » :

je plie le coude pour faire partir la main vers l'arrière avant d'orienter la lame en direction du ventre (coup droit de tennis).

- › Cinquième acquis technique :
l'attaque au ventre.



On le travaille en demandant de bien faire attention aux mouvements des jambes : grand pas vers l'avant dans l'attaque.

On peut utiliser les repères de couleur sur les vestes pour désigner la bonne cible.

C'est aussi « le côté où il n'y a pas l'arme ».

ATTENTION : droitiers sur gauchers le geste n'est pas le même pour toucher la cible du ventre. Il faut essayer de mettre les gauchers ensemble si possible. Sinon, un droitier devra faire un geste de type « revers de tennis » pour toucher le ventre. Ce geste sera vu plus loin pour l'attaque au flanc.

Situation Problème 5 :

« Vous allez maintenant chercher des solutions pour se défendre quand on est attaqué au ventre : il y en a deux principales. »

Laisser un certain temps de recherche.

Pour aider à la recherche :

ou le défenseur tient son arme à deux mains, l'une sur la poignée et l'autre sur le bout (la pointe de l'arme). Au départ de l'attaque, le défenseur a les deux bras baissés, l'arme parallèle au sol ;

ou le défenseur attend l'attaque en position de « rassemble ». (Cela pour éviter l'attente statique dans la position de parade. La parade doit être un mouvement de la lame qui vient heurter la lame adverse).

On isole deux parades : la parade du ventre, pointe en haut (parade de quarte) et la parade du ventre, pointe en bas (parade de prime).

- › Sixième acquis technique :
la parade du ventre, pointe en haut.



On le travaille en alternant attaque au ventre et parade du ventre, pointe en haut, en faisant attention au jeu des jambes et en variant la vitesse.

- › Septième acquis technique :
la parade du ventre, pointe en bas.



On le travaille en alternant attaque au ventre et parade du ventre, pointe en bas, en faisant attention au jeu des jambes et en variant la vitesse.

Astuce pour la position de la main dans la parade : je dois voir le dessus de ma main, pouce en bas, comme lorsque je regarde l'heure sur ma montre.

Petit enchaînement pour travailler ces positions :

- L'attaquant attaque quatre fois au ventre :
 1. Défenseur se laisse toucher
 2. Défenseur fait la parade pointe en haut
 3. Défenseur se laisse toucher
 4. Défenseur fait la parade pointe en bas

Puis, chaque groupe répète cet enchaînement en changeant de rôle.

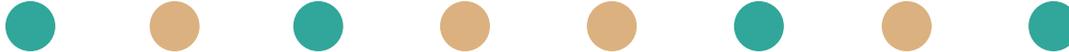


SÉANCE 4

On peut proposer un petit enchaînement avec tous les éléments déjà étudiés.

La notion d'enchaînement apparaît : le maître impose de travailler plusieurs gestes dans un ordre défini. Il faut réciter son enchaînement comme une poésie. Chaque partenaire a une couleur.

Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en bas	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en haut
-------------------	-------------------	-------------------	--------------------------------	-------------------	-------------------	-------------------	---------------------------------



Le temps d'apprentissage est assez long. Il est préférable de laisser les binômes constitués pendant toute la phase d'apprentissage sans faire de rotation.

SÉANCE 5

RÉVISION : les attaques et défenses déjà vues.

Enchaînement de mise en route, décomposé et « téléguidé » par le maître.

Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en haut	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en bas
-------------------	---------------------------------	-------------------	-------------------	-------------------	--------------------------------



Situation Problème 6 :

« On recherche une nouvelle cible à toucher ou plutôt un nouveau geste pour toucher. Je vous rappelle qu'on a déjà vu l'attaque qui va de haut en bas (la tête), l'attaque qui va de droite à gauche... Cherchez le geste qui nous manque. »

Pour trouver l'attaque au flanc : c'est le côté où il y a l'arme, on touche le bras ou sous le bras.

› Huitième acquis technique : l'attaque au flanc.



Le geste préparatoire à l'attaque sera également un geste de moulinet, mais préparé de l'autre côté. On l'appelle le « moulinet inverse ». Il s'apparente au revers du tennis dans son premier temps de préparation.

Situation Problème 7 :

« Trouvez à présent deux parades à cette attaque en vous aidant de ce que vous avez trouvé pour l'attaque au ventre. »

› Neuvième acquis technique : la parade du flanc, pointe en haut (tierce).



› Dixième acquis technique : la parade du flanc, pointe en bas (seconde).



De la même manière que précédemment, les bons gestes seront montrés, puis travaillés dans un petit enchaînement imposé de type :

- L'attaquant attaque 3 fois de suite : au flanc, à la tête, au flanc
- Le défenseur se défend : parade du flanc, pointe en haut, parade de la tête ; parade du flanc, pointe en bas.

Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en haut	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en bas
------------------	--------------------------------	-------------------	-------------------	------------------	-------------------------------



SÉANCE 6

On propose un enchaînement en guise d'échauffement et de révision :

Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en haut	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en haut	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en bas	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en bas
------------------	--------------------------------	------------------	--------------------------------	------------------	-------------------------------	------------------	-------------------------------



Situation Problème 8 :

« On recherche d'autres solutions pour se défendre d'une attaque à la tête, cette fois sans l'arme. »

On isole un groupe qui utilise l'esquive arrière.

Le défenseur se recule rapidement en évitant la lame du partenaire.

› Onzième acquis technique :

l'esquive arrière.



On le travaille en alternant une esquive arrière et une parade de la tête.

Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque à la tête	Esquive en arrière	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque à la tête	Esquive en arrière
-------------------	-------------------	-------------------	--------------------	-------------------	-------------------	-------------------	--------------------



L'enchaînement peut être montré aux autres élèves.





Situation Problème 9 :

« On recherche une autre solution pour se défendre, toujours sans l'arme. »

On isole un groupe qui propose l'esquive à droite et à gauche.



> Douzième acquis technique :
l'esquive à droite.



> Treizième acquis technique :
l'esquive à gauche.

Ici, la difficulté réside dans l'information droite et gauche. « Le défenseur qui part sur sa droite, part sur la gauche de l'attaquant ! »

Il vaut mieux établir un code clair :

« Celui qui fait l'esquive à droite, part à droite. »

Une convention au sein du groupe peut établir que l'on part toujours à droite pour la première esquive.

À travailler avec ce petit enchaînement :

Attaque à la tête	Esquive en arrière	Attaque à la tête	Esquive à droite	Attaque à la tête	Esquive à gauche
-------------------	--------------------	-------------------	------------------	-------------------	------------------



Puis changement de rôle sans temps d'arrêt :

Attaque à la tête	Esquive en arrière	Attaque à la tête	Esquive à droite	Attaque à la tête	Esquive à gauche
-------------------	--------------------	-------------------	------------------	-------------------	------------------



L'enseignant régle :

- Les attaquants avancent : 3 attaques donc, 3 grands pas en avant sans pas en arrière.
- Les attaquants sont pris par leur élan : jouer le déséquilibre, l'arme va jusqu'au sol.
- Les 3 attaques doivent être fluides, enchaînées sans temps d'arrêt.
- Suggérer l'utilisation du ralenti.

SÉANCE 7

Cette fois c'est le maître qui va montrer des gestes.



> Quatorzième acquis technique :
les battements, pointe en haut.

> Quinzième acquis technique :
les battements, pointe en bas.



Le battement, comme son nom l'indique, est un geste qui consiste à taper l'arme de son partenaire pour l'écartier.

Ici, les battements seront exécutés d'un, puis de l'autre côté de l'arme en se déplaçant vers l'avant. Ils s'effectuent la pointe en haut ou la pointe en bas. Il faudra veiller à ce que les deux partenaires aient les pointes au même niveau (les 2 en haut ou les 2 en bas). Les battements seront comptés, par exemple, comme exercice d'application aux battements :

5 battements pointe en haut	5 battements pointe en bas	5 battements pointe en bas	5 battements pointe en haut
--------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------------



Ici, la couleur désigne celui qui fait les battements et qui avance. Le travail sur les battements permettra de travailler sur la distance. On isolera un groupe qui travaille trop près pour discuter de la crédibilité de deux « combattants » en plein duel qui se tiendraient à 20 centimètres l'un de l'autre sans essayer de se toucher et en « tricotant » tranquillement...

SÉANCE 8

Le « coupé pied » et le « coupé tête » : ces 2 gestes sont intéressants à donner aux élèves tout en nécessitant quelques précautions.

Situation Problème 10 :

« Votre partenaire vous porte une attaque du type attaque au ventre mais au niveau de la tête, comme pour vous couper la tête. Trouvez une esquive ! »

Le temps de recherche est très court, rapidement le défenseur trouve le geste qui consiste à se baisser.

Le travail technique de ce geste nécessite quelques indications :

- Toujours annoncer verbalement « coupé tête » avant le geste
- L'attaquant prépare puis « attend » que le défenseur se baisse pour envoyer le coup qui doit être très ample (l'attaquant est emporté par son élan).

› Seizième acquis technique :

L'attaque en « coupé tête ».



› Dix-septième acquis technique :

l'esquive en se baissant.

Ces deux actions sont liées : elles ne seront pas séparées lors des enchaînements.



Situation Problème 11 :

« De même que pour la tête votre partenaire va essayer de vous couper les pieds. Trouvez une esquive ! »

C'est l'esquive en sautant qui est ici attendue.

Le travail de ce geste nécessite aussi quelques indications :

- Toujours annoncer verbalement « coupé pieds » avant le geste.
- Se baisser complètement pour faire l'attaque.
- L'attaquant prépare puis « attend » que le défenseur saute pour envoyer le coup qui doit être très ample (l'attaquant est emporté par son élan).
- Le coup doit passer devant les pieds du partenaire sans le toucher même si celui-ci ne saute pas.

› Dix-huitième acquis technique :

l'attaque en « coupé pieds ».



› Dix-neuvième acquis technique :

l'esquive en sautant.

Ces deux actions sont liées : elles ne seront pas séparées lors des enchaînements.



SÉANCE 9

Travail d'écriture des enchaînements :

les élèves se choisissent un partenaire qui sera toujours le même à partir de maintenant.

Chaque partenaire est représenté par une couleur (ou un nombre...).



Les partenaires inventent un enchaînement et l'écrivent sur une trame.

Exemple de trame :

COULEUR DU PARTENAIRE QUI FAIT L'ACTION

Couleur									

La séance consistera pour les élèves à écrire leur enchaînement petit à petit en le testant régulièrement.

L'enseignant régule :

- En simplifiant, si besoin, les enchaînements.
- En vérifiant l'alternance logique des actions : « Une action offensive (attaque) doit être suivie d'une action défensive (parade ou esquive). »
- En fixant un nombre de gestes en fonction des capacités des élèves : « On remplit 8 cases maximum ; on apprend correctement ce petit enchaînement et on en rajoute si besoin... »
- En orientant les élèves les moins imaginatifs sur des enchaînements « préfabriqués ».

Les enchaînements déjà vus lors des phases d'apprentissage pour l'échauffement ou les acquisitions peuvent être utilisés

comme des morceaux « préfabriqués » pouvant être montés dans l'enchaînement final pour leur facilité de mémorisation.

SÉANCE 10

Travail de la « touche finale ».

Situation Problème 12 :

« Votre enchaînement doit avoir une fin ! Comment peut finir un combat ? »

Les élèves ont souvent de nombreuses idées : l'un meurt, les deux meurent, l'un est blessé ou est désarmé et donc abandonne, se sauve, se rend, etc).

Les élèves cherchent une fin possible : la mise en commun des idées permet à chacun de développer sa propre fin.

La « touche finale » peut être écrite.

Maintenant les élèves peuvent répéter l'enchaînement en entier.

SÉANCES 11 ET 12

Pour les séances de répétition 11 et 12, la structure pourra être celle-ci : Les élèves répètent l'enchaînement écrit.

L'enseignant régule :

- Répéter « petit bout par petit bout ».
- Ralentir les gestes pour une meilleure mémorisation.
- Augmenter la fluidité : pas de temps d'arrêt entre les gestes.
- Répéter en utilisant bien les déplacements, etc.

Ceux qui se sentent prêts peuvent, en fin de séance, présenter leur enchaînement devant les « spectateurs-critiques » formés des autres élèves.

Les enchaînements pourront être filmés ou présentés lors d'un petit spectacle.

EXEMPLES D'ENCHAÎNEMENTS

Enchaînements 1 (très facile) :

4 battements pointe en haut	4 battements pointe en haut	Attaque à la tête	Esquive en arrière	Attaque à la tête	Esquive à droite	Attaque à la tête	Esquive à gauche	Attaque à la tête	Parade de la tête
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Attaque au ventre	Parade du ventre	Attaque au ventre	Parade du ventre	4 battements pointe en bas	4 battements pointe en bas	Attaque « coupé tête »	Esquive en se baissant	Attaque « coupé pieds »	Esquive en sautant
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Enchaînements 2 (facile) :

4 battements pointe en haut	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en haut	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en haut	Attaque « coupé tête » 1	Esquive en se baissant	Attaque « coupé pieds » 2	Esquive en sautant
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
4 battements pointe en haut	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre pointe en haut	Attaque au flanc	Parade du flanc pointe en haut	Attaque « coupé tête » 1	Esquive en se baissant	Attaque « coupé pieds » 2	Esquive en sautant
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Enchaînements (difficile) :

Attaque à la tête	Esquive en arrière	Attaque à la tête	Esquive à droite	Attaque à la tête	Attaque au flanc	Esquive à gauche en sortant l'arme	Attaque à la tête	Parade de la tête	Attaque au ventre	Parade du ventre
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

B. « Construire un duel avec des partenaires » (Éric Grumier)

* L'escrime à l'école sous l'aspect artistique

À Nevers, l'école Georges Guynemer, avec la classe de CM2 de Christophe Béal, participa en 2011 à un cycle EPS vers l'escrime de coopération à visée artistique.

« Je construis un duel avec un partenaire. »

Le cycle d'apprentissage comprend 12 séances avec un ETAPS (Éducateur Territorial des Activités Physiques et Sportives) qui est aussi maître d'armes.

L'escrime artistique est une approche complémentaire très éducative qui met les enfants en situation de coopération pour construire une gestuelle logique issue d'une petite histoire choisie par eux-mêmes.

Par ce biais, nous sommes à la fois dans un registre

de compétences à visée artistique, mais également dans un jeu individuel où je m'oppose à l'autre. (De l'expression corporelle vers l'escrime.)

* Aspect pédagogique

Le projet d'école pour l'EPS porté par ce professeur des écoles est composé de trois cycles d'apprentissages sur une durée totale de trois ans en cycle 3.

L'escrime est abordée de manière sportive en CE2 et CM1, et s'oriente vers la pratique artistique en CM2.

La canne est l'outil utilisé en tenue sportive sans le port d'un masque protecteur. Les habiletés acquises sont utilisées pour la mise en situation où aucun coup ne sera porté.

La tenue de la canne est importante au regard de l'utilisation (circonvolutions, armés, couronnes, coups de pointe par coups de tiroir), le pouce et l'index ont leur rôle moteur et les autres une action de maintien, tout comme sur la poignée d'une arme

classique en plastique, voire en acier.

La technique des positions, des lignes et de l'échange armé est poursuivie.

Les fondamentaux : équilibre, précision, mesure ou distance ont un rôle évident pour que la chorégraphie soit harmonieuse. Autant lors d'une pratique de combat, la chute n'est pas tolérée, autant elle devient possible et souhaitable dans cette pratique originale car elle fait partie intégrante de la maîtrise gestuelle, du contrôle de soi et de sa situation dans l'espace.

* Entre saluts et engagement physique

La mise en scène et le déroulement de l'assaut convenu correspond à des objectifs fixés par les deux enseignants.

La présentation, la tenue des escrimeurs et une agressivité maîtrisée doivent prévaloir tout au long des cycles d'apprentissage et lors de la représentation finale proposée aux autres.

Les mots grossiers et les scènes violentes sont bannis de l'expression.

* Les contenus techniques complémentaires

Les variétés d'actions offensives sont une richesse pour le duel, les absences de fer ou invites également.

Le combat rapproché, la lutte « corps à corps », les demi-voltes et les voltes sont abordées.

La mise en scène est prise en compte dans le processus d'apprentissage de l'enseignant d'escrime et du professeur des écoles, responsable de la classe.

L'objectif pédagogique sera d'amener tous les enfants à présenter une performance à deux visuellement correcte, composée d'enchaînements marqués par les changements de rythmes où les gestes pourront parfois être réalisés au ralenti.

L'esthétisme de la performance produite passera au second plan ; le but à atteindre étant de permettre aux élèves de s'exprimer.

Par sa richesse de situations et les prolongements dont le professeur des écoles peut profiter dans son enseignement général, l'Escrime Artistique en tant qu'APS (Activité Physique et Sportive) trouve parfaitement sa place au sein de l'école.

La recherche musicale, la confection de costumes, la mise en scène, l'expression orale et les recherches historiques seront autant d'éléments exploitables par l'enseignant autour de la performance sportive.

L'utilisation de l'outil vidéo pourra également être envisagée.

* Bilan et retour sur expérience

Si les élèves furent un peu surpris par cette forme de pratique lors de la première séance, leur adhésion fut totale. Le sérieux et la bonne humeur firent bon ménage tout le long du cycle dispensé.

Encore plus que pour l'escrime sportive, mon rôle de conseiller technique auprès du professeur des écoles fut évident.

La collaboration pédagogique engendrée donna une complémentarité et une efficacité aboutie à l'action éducative engagée. L'enseignant d'escrime n'appartient pas à l'Éducation nationale. Il intervient en tant qu'intervenant extérieur et ne peut se substituer au professeur des écoles, responsable de la classe. S'il apporte ses compétences techniques, il doit devenir rapide-

ment le « complice » du professeur pour conduire la séance. Les deux font la paire !

Cycle sportif à l'école Georges Guynemer de décembre 2010 à mars 2011.

Éric Grumier

ETAPS

Chef du service animation éducation sport de la Ville de Nevers



5. Approche de l'escrime artistique en collège et lycée

(Valérie GALLI)

L'escrime artistique en milieu scolaire, une activité nouvelle dépassant le cadre sportif

Activité méconnue, l'escrime artistique a tous les atouts pour entrer dans le cadre des disciplines sportives et chorégraphiques. Très peu enseignée à l'école, cet ancêtre de l'escrime traditionnelle se démarque de cette dernière par son côté culturel et historique. Maniement des armes à deux mains, évolution dans un espace beaucoup plus large qu'une piste d'escrime, elle dépasse la définition d'une opposition classique en offrant aux élèves une pratique en mixité dans un contexte de coopération. Des enchaînements maîtrisés donnent à la fois à l'enseignant et aux élèves, l'assurance d'une pratique sans risque. En effet, jeux de scène, ballets chorégraphiques et combats sont longuement répétés et ne laissent aucune place à l'improvisation, tout en ouvrant la voie au partage interdisciplinaire. La mise en place des premières séances se fait à l'aide d'un matériel pédagogique homologué par la FFE (kit escrime) ou plus simplement avec une canne ou un bâton (la rapière), d'une longueur d'environ 1 mètre, et d'un petit bâton de 50 centimètres (la dague). Nul besoin d'investir beaucoup d'argent dans le matériel pédagogique mais le port du masque reste incontournable pour la bonne sécurité des élèves et la tranquillité de l'enseignant.

Une base technique simple enseignée dès les premières séances sera composée de fondamentaux qui donneront l'aisance et la coordination des mains et des pieds tant à droite qu'à gauche. Très rapidement l'élève pioche dans un imaginaire commun riche des plus grands exploits historiques ou cinématographiques tels que d'Artagnan, Lagardère, Cartouche, Zorro... Entre ambiance studieuse et joie de

se retrouver à chaque cours, le groupe montre une grande rigueur dans l'acquisition des techniques tout en travaillant l'équilibre, la souplesse, la concentration et la condition physique. L'application du groupe facilite un travail en coopération qui le différencie de toutes les activités duelles. Le travail spécifique de la motricité, de la posture (port de tête, prestance, tenue du corps), ajouté au placement et déplacement dans l'espace scénique, oblige l'élève à tenir compte du regard de l'autre. L'utilisation des différentes techniques spectaculaires suscite bien souvent l'émotion, l'écoute et le respect du spectateur face à un travail bien maîtrisé et bien enchaîné.

L'utilisation de grilles d'évaluation permet de clarifier les objectifs du groupe et juger du niveau d'acquisition. Les premières mises en œuvre historiques peuvent se faire en travaillant à l'échauffement un ou deux saluts simples du niveau 1 (cadets de Gascogne, ou les mousquetaires), puis les saluts de cour (niveau 2). Ils tiennent une place importante dans l'escrime artistique car ils ont marqué de façon importante l'époque du grand siècle et le siècle des Lumières. Les maîtres d'armes des XVII^e et XVIII^e siècles ont mis au point ces saluts pour satisfaire à la rigueur et au plaisir du roi. Ils peuvent être militaires et strictes sous Louis XIII, dansants et majestueux sous Louis XIV, élégants et nobles sous Louis XV. Travaillés à une arme ou deux (dague et / ou rapière), avec ou sans chapeau, ces saluts ont le mérite d'asseoir une base motrice et de pouvoir les enseigner en classe entière sous différentes formes (à l'unisson, en cascade, en canon...).

Par la suite, les apprentissages évoluent vers des mouvements enseignés sous forme d'un enchaînement de coups imposés (niveau 1), puis au fil de ses acquisitions, l'élève créera son propre enchaînement, laissant libre cours à son imagination. Il trouvera un champ infini et ludique d'expressions en s'inventant son propre personnage de cape et d'épée. Pour les groupes les plus avancés, le travail en duo, trio ou quatuor devient possible à mettre en place.

Le fruit du travail de chaque groupe sera évalué en fin de cycle lors d'une séance spéciale type « bienvenue au théâtre ». L'enseignant et les élèves seront juges et spectateurs. Plusieurs

élèves évaluateurs seront désignés en fonction des passages et l'enseignant orchestrera la réflexion sur la base des différents critères de la fiche d'évaluation. Ce jeu de scène peut donc donner lieu à une évaluation très proche de n'importe quelle activité chorégraphique (traitement et respect d'un thème, scénographie, gestuelle, motricité, espace scénique, relation entre les escrimeurs et jeu théâtral...).

Les équipes d'enseignants trouveront une véritable richesse pédagogique qui peut créer un lien dans le cadre d'un projet d'établissement. Cette transdisciplinarité est un excellent argument pour mettre en commun les spécificités de chaque matière (exemple : arts plastiques pour les décors, histoire pour les recherches historiques, français pour un travail des textes comme la tirade du nez de Cyrano, le Bourgeois gentilhomme...) en vue d'une fête de fin d'année ou de diverses manifestations...

L'escrime artistique n'apparaît pas dans les programmes d'EPS, mais peut être enseignée comme activité d'établissement. Des formations sont mises en place par les ligues d'escrime pour les enseignants (professeurs des écoles et / ou professeurs d'EPS) dans beaucoup d'académies. Cette formation est essentielle pour assurer un contenu pédagogique suffisant et comprendre les fiches d'évaluations. Certains clubs offrent quelques séances gratuites de découverte de l'activité et peuvent aussi proposer de former des enseignants. Cette activité ludique et variée se développe de plus en plus dans le cadre de l'UNSS. Grâce à sa nouveauté, elle intéresse immédiatement de nombreux élèves et donne l'assurance au professeur d'EPS de motiver à la fois les élèves mais également d'autres professeurs pour un projet commun en transdisciplinarité.

Thème de la séance n° 1

Découverte de l'activité, mise en place des consignes de sécurité, apprentissage des premiers saluts, des fondamentaux et de la motricité spécifique (attaque à la tête, défensive en quinte, riposte à la tête).

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trottiner dans la salle 5 minutes en variant les consignes (courir en reculant, pas chassés, montée de genoux, talons fesses, sauts extension...).

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Découverte du salut en trois temps, de la position de garde à droite et à gauche.
- Découverte du salut des cadets de Gascogne.
- Découverte des déplacements d'escrime (marche, retraite, fente...) à droite et à gauche.
- Découverte de la notion de distance (trouver la distance de fente) :
 - Face à face (1 maître ; 1 élève) :

Le maître, en garde poing fermé, ouvre sa main. L'élève se fend et doit toucher la paume du maître.

Situation qui évolue en déplaçant l'élève doucement, puis un peu plus rapidement, sans le mettre en difficulté.

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Entrer dans l'activité en se rapprochant le plus possible de la représentation de l'activité par les élèves (ex. : battements, taper sur la lame de l'adversaire).
- Par 2 : travailler les battements hauts et bas.

Sensibiliser la classe à la sécurité (travail en coopération). On sait toujours où les coups sont portés : jamais d'incertitude.

DISPOSITIF

- Par 2 : face à face, travailler les battements hauts à l'arrêt, puis en déplacements.
- Par 2 : face à face, faire travailler les battements bas à l'arrêt, puis en déplacements.

Faire évoluer la situation en travaillant, mais dans une aire de jeu délimitée par 4 plots afin qu'ils s'habituent, dès la première séance, à évoluer, non plus alignés, mais aussi en déplacements latéraux.

CONSIGNES

- Respect de la distance.
- Faire croiser le fer sur le moyen des lames (milieu de celles-ci). Les deux lames doivent dessiner à chaque impact un « X ».

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Maîtrise de la gestuelle en déplacement et appréciation de la distance.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Apprentissage de l'attaque à la tête par brisé intérieur, suivie d'une parade de quinte riposte à la tête.
- Maîtriser la pose des coups portés sans taper.
- Travail en amplitude.

DISPOSITIF

- Par 2 : face à face (travail en coopération).
 - 1 élève attaque par brisé intérieur à la tête, l'autre se protège avec son arme en quinte et riposte à la tête (il se laisse toucher).

· On inverse les rôles. (Amener une correction sur la fente.) Répéter la situation sur 10 séries en enchaînant, après la riposte, la contre-riposte.

Faire évoluer la situation en proposant d'intégrer sur 10 coups les battements, l'attaque à la tête et la riposte.

CONSIGNES

- Recherche d'amplitude.
- La pointe de l'arme doit être au-dessus de la tête sur l'attaque.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Être capable d'enchaîner l'attaque, la parade et la riposte.
- Intégrer la situation n° 1 et enchaîner avec la situation n° 2.

BILAN :

Thème de la séance n° 2

- Apprentissage des premiers saluts, des fondamentaux et de la motricité spécifique (attaque par brisé à la tête).
Faire varier la riposte.
- Construire un enchaînement.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes en variant les consignes (courir en reculant, pas chassés, montée de genoux, talons fesses, sauts extension...).

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Salut en trois temps de la position de garde à droite et à gauche.
- Salut des cadets de Gascogne.
- Fondamentaux d'escrime (marche, retraite, fente...) à droite et à gauche. Retour en garde vers l'avant ou vers l'arrière, passe avant et passe arrière, passe à droite et passe à gauche, bond avant et bond arrière.
- Apprentissage des brisés intérieurs et extérieurs et de moulins.
- Apprentissage des 3 positions de base du sabre (tierce, quarte, quinte) à droite et à gauche et de la croix haute.
- Application des déplacements sur un « maître a dit ».

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Apprendre à varier la riposte.
- Maîtriser l'attaque par brisé ou moulinet.
- S'assurer de la qualité de la parade de quinte ou croix haute avec les deux armes.

DISPOSITIF

- Par 2 : 1 élève attaque par brisé intérieur ; le partenaire pare en quinte et riposte à la tête.
- Par 2 : 1 élève attaque par brisé extérieur ; le partenaire pare en croix haute et riposte au flanc (main droite, fente à droite).
- Par 2 : 1 élève attaque par moulinet, le partenaire pare en croix haute et riposte au ventre (main gauche, fente à gauche).

On inverse les rôles.

CONSIGNES

- Respect de la distance (les attaques doivent être portées en fente).
- Utiliser la parade de quinte ou la croix haute comme système défensif.
- Varier les ripostes.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Appréciation de la distance, des attaques en fentes et du système défensif mis en place.
- Recherche d'amplitude.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Composer une petite chorégraphie reprenant les apprentissages des séances 1 et 2.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace, prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups portés sans frapper.

DISPOSITIF

- Par 2 : dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Construire élément par élément.
- Jamais d'incertitude. On annonce le coup porté avant l'exécution.

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Être capable, avec ces connaissances, d'articuler quelques éléments et d'exploiter le plus possible l'espace.

BILAN :

Thème de la séance n° 3

- Révision des saluts (cadets de Gascogne et Mousquetaires).
- Travail des fondamentaux (appels de pieds) et de la motricité spécifique (attaques par couronné et couronné revers).
- Construire un enchaînement.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes en variant les consignes (se mettre en statue en garde à droite ou à gauche, marche, retraite... durant la course).

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Salut des cadets de Gascogne et des Mousquetaires.
- Fondamentaux d'escrime (marche, retraite, fente...) à droite et à gauche. Retour en garde vers l'avant ou vers l'arrière, passe avant et passe arrière, passe à droite et passe à gauche, bond avant et bond arrière.
- Appels de pieds avant ou arrière, marche sur place, retraite sur place.
- Apprentissage des couronnés et couronnés revers.
- Révision des 3 positions de base du sabre (tierce, quarte, quinte), initiation aux doubles parades.
- Application des déplacements sur 1/marche ; 2/retraite ; 3/fente ; 4/passe avant ; 5/bond arrière...
- Évolution en intégrant des séries de chiffres.
Ex. : 2, 2, 1, 4, 3 ; 2, 1, 2, 1, 2, 2, 4, 5.
Le professeur annonce le chiffre 2243 : les élèves doivent enchaîner *retraite - retraite - passe avant - fente*.

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Maîtriser l'attaque par couronné ou couronné revers.
- S'assurer de la qualité de la parade de tierce ou de quarte.

DISPOSITIF

- Par 2 : 1 élève attaque par couronné, le partenaire pare en tierce et riposte à la tête.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné revers, le partenaire pare quarte et riposte au flanc (main droite, fente à droite).
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, le partenaire pare simultanément par tierce et quarte et riposte à la tête.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, attaque à la tête, le partenaire pare simultanément par tierce, quarte, quinte et riposte à la tête.

On inverse les rôles.

CONSIGNES

- Respect de la distance (les attaques doivent être portées en fente).
- Utiliser la parade de quinte ou la croix haute comme système défensif.
- Varier les ripostes.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Appréciation de la distance, des attaques en fentes et du système défensif mis en place.
- Recherche d'amplitude.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Reprendre la petite chorégraphie basée sur les apprentissages des séances 1 et 2 et y ajouter la 3^e séance.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace et prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups portés sans frapper.

DISPOSITIF

- Par 2 : dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Chercher un début (un salut, un texte...) et une fin (une blessure, une mort, un texte...) pour la chorégraphie.
- Annoncer les coups avant de les travailler.
- Travailler au ralenti.

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Être capable, avec ces connaissances, d'articuler quelques éléments et d'exploiter, le plus possible, l'espace en tenant compte des spectateurs.

BILAN :

Thème de la séance n° 4

- Révision des saluts [cadets de Gascogne (en rotation) et Mousquetaires].
- Travail des fondamentaux (appels de pieds) et de la motricité spécifique (les esquives).
- Construire un enchaînement.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes.

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Révision des saluts des cadets de Gascogne et des Mousquetaires
- Fondamentaux d'escrime (marche, retraite, fente, etc.) à droite et à gauche. Retour en garde vers l'avant ou vers l'arrière, passe avant et passe arrière, passe à droite et passe à gauche, bond avant et bond arrière.
- Appels de pieds avant ou arrière, marche sur place, retraite sur place.
- Apprentissage de la balestra et du redoublement.
- Application des déplacements sur le « maître à dit » et ajouter les éléments spécifiques à l'escrime artistique (brisé, moulinet, couronné, les saluts, etc.).

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Maîtriser les esquives sur les attaques par couronnés et sur les attaques de pointes.

DISPOSITIF

- Par 2 : 1 élève attaque par couronné ou couronné revers (cible figure), le partenaire se baisse.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné ou couronné revers (cible les jambes), le partenaire saute.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, le partenaire pare simultanément par tierce et quarte, puis riposte à la tête.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, attaque à la tête, le partenaire se baisse et saute simultanément.

On inverse les rôles.

CONSIGNES

- Respect de la distance (les attaques doivent être portées en fente).
- Quand l'élève saute pour esquiver le coup, il doit prendre l'habitude de lever les deux mains en l'air pour éviter de mettre la pointe dans les yeux de son partenaire.
- Quand l'élève attaquant fait son couronné et termine dans les jambes il n'est pas nécessaire de viser les jambes. Il suffit de faire passer la pointe de l'arme devant les pieds du partenaire (on évitera de lui faire mal et le rendu sera le même).

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Appréciation de la distance, des attaques en fentes et sauter ou se baisser au bon moment.
- Recherche d'amplitude.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Reprendre la petite chorégraphie basée sur les apprentissages des séances 1, 2, 3 et y ajouter la 4^e séance.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace, prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups qui sont portés sans frapper.

DISPOSITIF

- Par 2 : dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Chercher un début (un salut, un texte...) et une fin (une blessure, une mort, un texte...) pour la chorégraphie.
- Annoncer les coups avant de les travailler.
- Travailler au ralenti.
- Commencer à penser l'évaluation (critères à expliquer).

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Être capable, avec ces connaissances, d'articuler quelques éléments et d'exploiter, le plus possible, l'espace en tenant compte des spectateurs.

BILAN :

Thème de la séance n° 5

- Révision des saluts [cadets de Gascogne (en rotation) et Mousquetaires].
- Amorce du salut Louis XIII.
- Travail des fondamentaux (appels de pieds) et de la motricité spécifique (les esquives).
- Construire un enchaînement.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes.

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Révision des saluts des cadets de Gascogne et des Mousquetaires
- Fondamentaux d'escrime (marche, retraite, fente, etc.) à droite et à gauche. Retour en garde vers l'avant ou vers l'arrière, passe avant et passe arrière, passe à droite et passe à gauche, bond avant et bond arrière.
- Appels de pieds avant ou arrière, marche sur place, retraite sur place.
- Apprentissage de la balestra et du redoublement.
- Application des déplacements sur le « maître à dit » et ajouter les éléments spécifiques à l'escrime artistique (brisé, moulinet, couronné, les saluts...).

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Maîtriser les esquives sur les attaques par couronnés.

DISPOSITIF

- Par 2 : 1 élève attaque par couronné ou couronné revers (cible figure), le partenaire se baisse.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné ou couronné revers (cible les jambes), le partenaire saute.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers en visant la figure, le partenaire pare simultanément par tierce et quarte et riposte à la tête.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, attaque à la tête, le partenaire se baisse et saute simultanément.

On inverse les rôles.

CONSIGNES

- Respect de la distance (les attaques doivent être portées en fente).
- Quand l'élève saute pour esquiver le coup, il doit prendre l'habitude de lever les deux mains en l'air pour éviter de mettre la pointe dans les yeux de son partenaire.
- Quand l'élève attaquant fait son couronné et termine dans les jambes il n'est pas nécessaire de viser les jambes. Il suffit de faire passer la pointe de l'arme devant les pieds du partenaire (on évitera de lui faire mal et le rendu sera le même).

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Appréciation de la distance, des attaques en fentes et sauter ou se baisser au bon moment.
- Recherche d'amplitude.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Reprendre la petite chorégraphie basée sur les apprentissages des séances 1, 2, 3 et y ajouter la 4^e séance.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace, prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups qui sont portés sans frapper.

DISPOSITIF

- Par 2 : dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Chercher un début (un salut, un texte...) et une fin (une blessure, une mort, un texte...) pour la chorégraphie.
- Annoncer les coups avant de les travailler.
- Travailler au ralenti.
- Ne jamais travailler dans l'incertitude.

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Être capable, avec ces connaissances, d'articuler quelques éléments et d'exploiter le plus possible l'espace en tenant compte des spectateurs.

BILAN :

Thème de la séance n° 6

- Révision des saluts [cadets de Gascogne (en rotation) et Mousquetaires], salut Louis XIII.
- Travail des fondamentaux (changement de garde, vers l'avant, vers l'arrière, gardes inversées...).
- Travail des attaques de pointes et esquives latérales.
- Construire un enchaînement pour l'évaluation.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes.

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Révision des saluts des cadets de Gascogne et des Mousquetaires.
- Salut Louis XIII.
- Fondamentaux d'escrime (marche, retraite, fente, redoublement...). Retour en garde vers l'avant ou vers l'arrière, passe avant et passe arrière, passe à droite et passe à gauche, bond avant et bond arrière.
- Appels de pieds avant ou arrière, marche sur place, retraite sur place. Positions d'escrime (tierce, quarte, quinte, parades doubles, croix haute...). Balestra.
- « Maître a dit » pour réviser les connaissances sous forme jouée.
- Jeu par 2 : travail en miroir, 1 élève dirige un enchaînement improvisé, le partenaire copie sa chorégraphie en travaillant en miroir.

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Travailler les attaques de pointes.
- Revoir les esquives latérales.

DISPOSITIF

- Par 2 : 1 élève attaque de la pointe en visant le ventre, puis enchaîne avec une seconde attaque de pointe au ventre, le partenaire esquive par une retraite, puis par une esquive latérale à droite ou à gauche.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers, puis effectue une attaque de pointe au ventre, le partenaire pare simultanément par tierce et quarte, puis riposte à la tête et effectue une retraite pour faire une défensive de jambes.
- Par 2 : 1 élève attaque par couronné et couronné revers puis effectue une attaque de pointe, le partenaire se baisse, saute simultanément et effectue une esquive latérale.

On inverse les rôles.

CONSIGNES

- Les attaques de pointes doivent être exécutées en armant de façon exagérée le coup afin de permettre au partenaire de préparer l'esquive ou la défensive de jambe.
- Les attaques de pointes peuvent être réalisées au ralenti, tout comme la défense (le ralenti facilite l'apprentissage et permet au spectateur d'apprécier davantage l'action).

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Maîtriser les attaques en fente.
- Maîtriser les esquives en sautant, en se baissant ou en reculant au bon moment.
- Travailler en amplitude les actions offensives.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIFS

- Reprendre la petite chorégraphie basée sur les apprentissages des séances 1, 2, 3, 4 et y ajouter la 5^e séance.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace, prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups qui sont portés sans frapper.
- Exposer les critères d'évaluation et le rôle des juges élèves.

DISPOSITIF

- Par 2 : dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Annoncer les coups avant de les travailler.
- Travailler au ralenti.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Travailler et écouter son partenaire.
- Exploiter le plus possible l'espace en tenant compte des spectateurs.
- Respecter le temps imparti (1'30 à 2'30).
- Accepter le regard des autres.

BILAN :

Thème de la séance n° 7

- Révision des saluts (cadets de Gascogne et Mousquetaires et du salut Louis XIII).
- Poursuivre l'élaboration et la construction de l'enchaînement pour l'évaluation.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes.

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

- Révision des saluts des cadets de Gascogne et des Mousquetaires et de Louis XIII.
- Révision de tous les fondamentaux.

* SITUATION N° 1

OBJECTIFS

- Reprendre la petite chorégraphie avec les apprentissages de la séance 1, 2, 3, 4, 5 et y ajouter la 6^e séance.
- Mémorisation des éléments.
- Exploitation de l'espace, prise en compte des spectateurs.
- S'investir dans le duo en sachant écouter l'autre.
- Maîtriser la pose des coups qui sont portés sans frapper.
- Travailler et mettre en place les juges élèves.
- Expliquer les grilles d'évaluation.
- Passer et présenter son enchaînement devant les élèves.

DISPOSITIF

- Dans une aire de jeu (4 plots).
- 2 juges évaluateurs.
- 1 chronométreur.

CONSIGNES

- Se placer par rapport aux juges.
- Marquer le début et la fin de l'enchaînement.
- Proscrire le chewing-gum.
- Se concentrer.
- Respecter les élèves qui passent.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Enchaînement mémorisé, élèves concentrés.
- Utilisation de l'espace.
- Respect du temps.
- Accepter le regard des autres.

BILAN :



Thème de la séance n° 8 : évaluation terminale

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL

Trotter dans la salle 5 minutes.

ÉCHAUFFEMENT SPÉCIFIQUE

Échauffement individuel (révision sans arme des déplacements et des mouvements spécifiques).

* SITUATION N° 1

OBJECTIF

- Réviser par deux l'enchaînement.

DISPOSITIF

- Dans une aire de jeu (4 plots).

CONSIGNES

- Se rassurer en répétant l'enchaînement au ralenti.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Enchaînement mémorisé, élèves concentrés.
- Utilisation de l'espace.
- Respect du temps.

BILAN :

* SITUATION N° 2

OBJECTIF

- Passer et présenter son enchaînement devant les élèves et le professeur.

DISPOSITIF

- Dans une aire de jeu (4 plots).
- 2 juges évaluateurs.
- 1 chronomètreur.

CONSIGNES

- Respecter les élèves qui passent.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- Enchaînement mémorisé, élèves concentrés.
- Utilisation de l'espace.
- Respect du temps.
- Accepter le regard des autres.
- Donner le maximum de soi-même.

BILAN :

* ÉVALUATION ESCRIME ARTISTIQUE : CE QU'IL FAUT FAIRE

· Formation en duo

Chaque duo doit :

- a/ Choisir un thème de travail parmi ceux abordés pendant le cycle
- b/ Créer une chorégraphie à partir du thème choisi
- c/ Présenter sa chorégraphie devant les autres groupes.

Chaque élève spectateur doit (3 points) :

- a/ Juger la chorégraphie des autres groupes

Pour cela, il remplira la fiche « évaluation spectateur » donnée.

- b/ Respecter les chorégraphies des autres groupes.

Que faut-il faire pour réussir sa chorégraphie ? Comment la créer c'est-à-dire la composer ? (8 points)

- a/ À propos du thème choisi

- Chaque groupe doit être capable d'expliquer ce qu'il va présenter aux autres.
- Les spectateurs doivent pouvoir reconnaître le thème traité.

Chaque chorégraphie doit durer entre 1'30 et 2'30 et comporter un début, un développement et une fin.

- b/ À propos des éléments scénographiques utilisés (musique, costumes, etc.)

- Chaque groupe choisit sa musique
- Il est possible d'utiliser des costumes, du maquillage, des objets...

Attention : la musique et les autres éléments utilisés doivent être en rapport avec le thème choisi et le mettre en valeur.

- c/ À propos de la gestuelle (des mouvements) :

Il est important :

- D'utiliser les différents éléments du registre de l'escrime artistique (moulinés, brisés, enlevés, esquives, parades...).
- De varier ses mouvements (éviter les répétitions des mêmes mouvements).
- De trouver des formes personnelles, originales pour attirer l'attention des spectateurs.

d/ À propos de l'occupation de l'espace :

Il faut utiliser :

- Plusieurs orientations par rapport aux spectateurs
 - De face
 - En biais
 - De profil
 - De dos

· Plusieurs directions par rapport aux spectateurs (déplacements)

- Vers l'avant
- Vers l'arrière
- Sur les côtés
- En diagonale

· Plusieurs niveaux (haut, moyen, bas)

- Des sauts (esquives hautes)
- Des mouvements debout ou en garde (moyen)
- Des passages au sol

e/ À propos des relations entre escrimeurs

Il existe 3 types de relations :

· Les relations spatiales (dans l'espace) : ce sont les différentes combinaisons entre les positions des danseurs et les actions du groupe

- Position des escrimeurs par rapport aux autres :

- * Face à face
- * Dos à dos
- * Côte à côte
- * L'un derrière l'autre
- * Autour
- * Proche
- * Loin
- * En contact

- Actions du groupe

- * Se rencontrer
- * Se séparer
- * Se croiser
- * Rester ensemble
- * Être en opposition
- * Être en miroir

· Les relations temporelles (dans le temps) : ce sont les différentes façons de réaliser sa chorégraphie en groupe.

- On peut représenter :

- * La même chose tous en même temps (à l'unisson)
- * La même chose les uns après les autres (en cascade)
- * La même chose mais pas en même temps (en canon)
- * Des choses différentes les uns des autres (aléatoire)

· Les relations corporelles : ce sont les différents contacts possibles entre les escrimeurs

- On peut :

- * Se pousser et/ou se tirer (ex. : relever l'autre du sol)
- * Se porter
- * Se tenir
- * Faire rouler l'autre au sol
- * S'enrouler et/ou se dérouler (ex. : enrouler l'autre avec son bras).

Que faut-il faire pour bien interpréter sa chorégraphie ? (9 points)

a/ Il faut la savoir (pas d'hésitations, de trous de mémoire) et la vivre (c'est-à-dire ne pas la réciter).

b/ Il faut faire des gestes précis avec assurance et amplitude (ex. : ne pas regarder ses pieds).

c/ Il ne faut pas avoir de gestes parasites (ex. : se remettre les cheveux en place...).

LE BUT ÉTANT D'INTÉRESSER, DE SURPRENDRE, DE SÉDUIRE, D'ÉMOUVOIR LES SPECTATEURS, DE VIVRE SA CHORÉGRAPHIE.

RÉPARTITION DES POINTS (total sur 20 points)

1. COMPOSITION DE LA CHORÉGRAPHIE : 8 points
2. INTERPRÉTATION DE LA CHORÉGRAPHIE : 9 points
3. ÉVALUATION SPECTATEUR (fiche à remplir) : 3 points

POINTS	ÉLÉMENTS À ÉVALUER	NIVEAU 1 en cours d'acquisition	NIVEAU 1	NIVEAU 2
INTERPRÉTATION (de l'escrimeur) : 9 points	Engagement moteur l.....l.....l.....l 0 2 3,5 4,5 4,5 points	· Aucune précision aucune clarté : 1 point · Motricité peu précise, manque de clarté, étriquée : 2 points	· Motricité simple mais précise, plus claire et plus ample : 3,5 points	· Motricité plus complexe claire et précise : 4,5 points
	Engagement émotionnel l.....l.....l.....l 0 2 3,5 4,5 4,5 points	· Ne connaît pas sa chorégraphie : 0 point · Des trous de mémoire, des hésitations, des gestes parasites : 1 point · Connaît sa chorégraphie mais la récite : 2 points	· Appliqué, concentré, connaît sa chorégraphie : 2,5 points · Capte de façon intermittente l'attention du spectateur : 1 point	· Engagé dans son rôle, vit sa chorégraphie : 3 points · Émeut le spectateur : 1,5 point
APPRÉCIATION (spectateur) : 3 points	Reconnaître les éléments de composition et d'interprétation l.....l.....l.....l 0 0,5 1 1,5 1,5 point	· Ne reconnaît aucun principe de composition : 0 point · Reconnaît 1 seul principe de composition : 0,5 point	· Reconnaît l'utilisation de l'espace scénique : 0,5 point · Reconnaît les différentes modalités de relation : 0,5 point	· Apprécie les différents principes de composition : 1,5 point
	Apprécier ces éléments par rapport au projet et au ressenti l.....l.....l.....l 0 0,5 1 1,5 1,5 point	· Réactions spontanées, parfois pendant la prestation : 0,25 point	· Verbalise son ressenti et sa reconnaissance du thème : 0,5 point · Respecte les autres : 0,5 point	· Argumente son appréciation et son ressenti : 1,5 point

* PROTOCOLE D'ÉVALUATION COLLÈGE (grille élève)

Évaluation « spectateur » - 3 points

Ce que tu dois faire :

1. Regarde attentivement la chorégraphie de tes camarades.

2. Donne ton avis sur 5 critères :

- Traitement et respect du thème
- Scénographie (monde sonore, décor, costumes, objets, maquillage)
- La gestuelle (motricité)

· Espace scénique :

- * Direction : avant / arrière / côtés
- * Orientation : devant / derrière
- * Niveau : haut / moyen / bas

· Relations entre les escrimeurs et jeu théâtral :

- * Relations spatiales (espace) : utilisation de la scène ou du périmètre de jeu, entrée, sortie, escrimeurs groupés, dispersés, de dos, de face...
- * Relations temporelles
 - Unisson (les escrimeurs font la même chose)
 - Cascade (les escrimeurs font la même chose mais les uns après les autres, en décalé)

- Canon (les escrimeurs font la même chose mais pas en même temps)

- Aléatoire (les escrimeurs ne font pas la même chose)

- Rythmée (les escrimeurs utilisent des changements de rythme avec des temps forts et des temps faibles, ou le ralenti)

* Relations corporelles : les escrimeurs ont des contacts entre eux : on les voit se pousser, se tenir, se tirer, se porter...

* Jeu théâtral : parle fort et distinctement face aux spectateurs, utilise une gestuelle (parle avec les mains)

3. Donne ton avis sur les 5 critères et entoure la case qui te semble la plus juste pour chaque critère.

TRAITEMENT ET RESPECT DU THÈME	<ul style="list-style-type: none"> · Présentation incomplète : pas de début, de développement ou de fin · Thème mal ou peu traité 	<ul style="list-style-type: none"> · Présentation structurée : début, développement, fin · Thème traité simplement 	<ul style="list-style-type: none"> · Thème très lisible · Thème traité de façon riche, diversifiée et/ou originale
LA SCÉNOGRAPHIE (monde sonore, décor, costumes, objets, maquillage)	<ul style="list-style-type: none"> · Absente · Décorative : ne sert à rien 	<ul style="list-style-type: none"> · Soutient le thème de façon simple 	<ul style="list-style-type: none"> · Créative, originale en liaison avec le propos
LA GESTUELLE	<ul style="list-style-type: none"> · Gestuelle étriquée, répétitive et mal exécutée · Manque d'amplitude et de réalisme · Gestuelle exécutée à mauvaise distance 	<ul style="list-style-type: none"> · Gestuelle ordinaire moyennement exécutée avec plus d'amplitude et de réalisme 	<ul style="list-style-type: none"> · Gestuelle appropriée · Formes personnelles, inventives et parfois complexes
ESPACE SCÉNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> · Peu élaboré · Espace pas ou mal utilisé 	<ul style="list-style-type: none"> · Exploité · Espace de scène moyennement utilisé 	<ul style="list-style-type: none"> · Diversité et en liaison avec le thème · Espace de scène exploité totalement
RELATIONS ENTRE ESCRIMEURS ET JEU THÉÂTRAL	<ul style="list-style-type: none"> · Relations trop peu utilisées · Jeu timoré · Méconnaissance du texte 	<ul style="list-style-type: none"> · Utilisations spatiales, temporelles et corporelles · Jeu théâtral posé · Connaît son texte 	<ul style="list-style-type: none"> · Utilisation pertinente : met en valeur le thème · Beaucoup d'échanges et de présence sur scène, maîtrise du texte, mise en valeur des acteurs

Objectif de l'évaluation « spectateur »

- Si tu as 5 cases comme le professeur tu auras 1,5 point / 1,5 point
 - Si tu as 4 cases comme le professeur tu auras 1,2 point
 - Si tu as 3 cases comme le professeur tu auras 0,9 point
 - Si tu as 2 cases comme le professeur tu auras 0,6 point
 - Si tu as 1 case comme le professeur tu auras 0,3 point
 - Si tu as 0 case comme le professeur tu auras 0 point
- TOTAL :sur 1,5 point



4. Explique en quelques mots ce que tu as ressenti lors de la présentation : quels sont tes sentiments ?

JE ME SUIS ENNUYÉ(E)	J'AI ÉTÉ ATTENTIF(VE)	J'AI ÉTÉ INTÉRESSÉ(E) SURPRIS(E) ET SÉDUIT(E)
Les raisons :	Les raisons :	Les raisons :

Ton professeur te donnera une note sur 1,5 point sur ta capacité à :

- Pouvoir rester sérieux pendant la présentation : silence
- Respecter les danseurs : pas de rires ni de moqueries
- Expliquer tes sensations et ton analyse concernant le thème choisi

APPRÉCIER LE PROJET ET LE RESENTI	<ul style="list-style-type: none"> · Réactions spontanées, parfois pendant la prestation 0 point 0,75 point	<ul style="list-style-type: none"> · Verbalise son ressenti et sa reconnaissance du thème · Respecte les autres 0,8 point 1,25 point	<ul style="list-style-type: none"> · Argumente partiellement son appréciation et son ressenti 1,3 point 1,5 point
TOTAL sur 1,5 point		

ÉVALUATION SPECTATEUR + sur 3 points
------------------------------	----------------------------

* **OBSERVATION ESCRIME CHORÉGRAPHIQUE**

CHOISIR UN GROUPE, le noter et justifier la note.

Nom : Prénom : Classe :

	COMPOSITION (Répétitions, cascades, canons, unisson, leitmotiv, accumulations...)				RELATIONS ENTRE ESCRIMEURS (Face à face, dos à dos, côte à côte, l'un derrière l'autre, autour, loin, proche, en contact, se pousser, se porter...).				ESPACE SCÉNIQUE (Orientations par rapport aux spectateurs, de profil, de face... Déplacements vers l'avant, l'arrière, en diagonale, etc. à niveau variable, haut, bas, intermédiaire...).				MISE EN SCÈNE Thème visible (Utilisation d'une musique appropriée, accessoires, costumes, décor...)			
	1	1,5	2	2,5	1	1,5	2	2,5	1	1,5	2	2,5	1	1,5	2	2,5
GROUPE N°																
JUSTIFIER LA NOTE																

LYCÉE L. GATET - 24000 PÉRIGUEUX

* **PROTOCOLE D'ÉVALUATION LYCÉE**
NIVEAU TERMINALE (grille professeur)

NIVEAU 1

› TRAVAILLER un THÈME d'étude proposé par l'enseignant en EXPLOITANT le répertoire technique de l'ESCRIME ARTISTIQUE afin de CRÉER une chorégraphie en DUO qui sera jugée.

NIVEAU 2

› METTRE EN ŒUVRE une DÉMARCHÉ DE COMPOSITION en UTILISANT et EXPLOITANT de manière pertinente et lisible le répertoire technique de l'ESCRIME ARTISTIQUE ET THÉÂTRALE afin de PRODUIRE une CHORÉGRAPHIE COLLECTIVE balisée dans un temps donné selon des critères de composition bien définis et la JUGER.

PRINCIPES D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE

PRÉSENTER une CHORÉGRAPHIE COLLECTIVE en MUSIQUE

en utilisant le répertoire technique de l'ESCRIME ARTISTIQUE (moulinets, brisés, enlevés, esquives, parade, etc.) et les procédés de composition (canon, cascades, répétitions, accumulation, leitmotiv, écrit/désécrit, l'UNISSON, etc.) d'une durée de 1'30 à 2'30.

Produire une fiche synthétique présentant les différents choix de construction opérés par le groupe.

L'espace scénique est utilisé dans sa grande diversité (diagonales, avant, arrière, lignes brisées, haut, bas...).

Les relations entre escrimeurs sont riches et variées (face à face, dos à dos, côte à côte, l'un derrière l'autre, autour, proche, loin, en contact, se croiser, miroir...).

L'emplacement des spectateurs est défini par le groupe.

Les spectateurs doivent apprécier les principes de composition et d'interprétation des escrimeurs sur une fiche élaborée par l'enseignant.

6. Approche de l'escrime artistique au club

(Patrick LEFORT, Jean-Luc NICOLAS)

La leçon individuelle en escrime à deux armes

Comme en escrime sportive, cette leçon est un moyen d'illustrer un apprentissage individualisé des enchaînements techniques à deux armes exécutés par l'élève.

Cette approche permet de contrôler la qualité gestuelle de chaque action, de répéter et contrôler chaque mouvement, chaque enchaînement dans le respect de la compréhension et de l'intention gestuelle de l'élève.

Le maître d'armes propose à son élève des situations progressives, selon des signaux préétablis, lui permettant de placer et de coordonner chacun de ses mouvements en relation avec le travail de coopération qu'il met en place avec son ou ses partenaires.

Cette leçon se construit en trois phases distinctes et complémentaires :

- Une phase de placement : cette phase permet de poser l'intention gestuelle tant dans la compréhension de l'action que dans sa réalisation technique et mécanique. Elle permet d'expliquer la réalisation d'une action selon les réactions des partenaires en cohérence avec le sens de l'échange armé.
- Une phase de répétition : cette phase permet de mémoriser le mouvement et de contrôler la coordination, le rythme et la mécanique du mouvement.
- Une phase de validation : cette phase permet d'évaluer l'acquisition motrice de l'action réalisée par l'élève. L'élève utilisera la canne, puis la double canne avant de passer au sabre ou au fleuret des deux mains, puis à la dague et à la rapière.

La démarche est d'accompagner l'élève dans la compréhension gestuelle de l'action qu'il aura choisie de réaliser, de mettre en place et d'interpréter, en coopération avec un ou plusieurs partenaires, voire même individuellement, tout enchaînement armé.

Chaque action entraîne une réaction connue. De ce fait, chaque action implique une gestuelle précise selon la position des doigts, de la main armée, du corps et des jambes.

La compréhension gestuelle passe par la sensation du mouvement et une sensibilité motrice ou mécanique fine, renforcées par un travail complémentaire sans arme.

Dès lors, cet apprentissage s'appuie sur trois principes forts :

- Pourquoi faire ce geste ?
- Comment le réaliser ?
- Quelle conséquence engendre-t-il ?

Il peut être réalisé en tenue d'escrime afin de rechercher la notion d'intention de la touche et de l'interprétation de l'opposition.

La leçon individuelle permet également d'introduire des éléments géométriques et spatiaux liés aux déplacements et aux différentes actions offensives et défensives (mouvement circulaire ou semi-circulaire).

Le maître d'armes doit se mouvoir sur un temps de déplacement antagoniste de l'élève permettant le contrôle des positions et une reprise d'appuis effective facilitant le changement d'axes ou le travail à une distance différente.

Afin de faciliter la mémorisation des séquences techniques, la démarche sera de découper, par séquences de deux ou trois actions, l'intégralité de l'enchaînement et de respecter une progression individuelle adaptée à l'élève.

Les armes privilégiées seront la canne (double canne), le fleuret et le sabre favorisant la préhension de l'arme et la sensation de la touche.

Les différents types de leçons individuelles

1. La leçon individuelle d'apprentissage

Cette leçon se base sur la représentation des différentes cibles et des différentes actions (défensives, offensives et contre-offensives) proposées.

En matérialisant chaque cible, l'élève appréhende, en alternance main droite – main gauche, l'organisation gestuelle qu'il est amené à respecter (« armer », « regarder », « donner ») pour porter la touche au plastron.

Il convient de laisser l'élève porter sa touche afin qu'il puisse concevoir une maîtrise gestuelle sécurisée et efficace.

Cet apprentissage se fait par séquence ordonnée permettant à l'élève de mémoriser et placer chaque action (ordre structuré, étape par étape, convenu avec l'élève).

Le maître d'armes s'attachera à présenter clairement des cibles identifiables (figure, flanc, ventre, jambes) facilitant la compréhension du geste à réaliser.

S'agissant des déplacements, l'élève pourra, à l'aide de repères portés au sol (lattes, cerceaux, plots...) et facilitant la compréhension du mouvement, placer ses appuis selon les actions demandées.

Les corrections permettent une évaluation qualitative de l'action effectuée et contribuent à améliorer le processus de compréhension de l'élève en veillant, particulièrement, à la coordination segmentaire (main armée/bras avant/épaule), à la maîtrise gestuelle dans sa globalité.

Cette leçon doit veiller à respecter trois étapes structurantes :

- Débuter la leçon par une posture immobile (sur place) facilitant l'identification gestuelle.
- Exécuter alternativement les situations d'une main, puis de l'autre, permettant d'introduire la notion de « coup droit » (côté main armée) et de « revers » (main opposée à la main armée).
- Varier la distance entre l'élève et les cibles proposées par le maître d'armes :
 - * À petite distance : permet de travailler l'amplitude gestuelle d'une action.
 - * À moyenne distance : permet de travailler la coordination mains armées / avant-bras.
 - * À grande distance : permet de travailler la coordination bras armés et jambes.

Les déplacements devront être simplifiés au maximum pour accentuer la sensation gestuelle et rythmique souhaitée.

Mise en place d'un exercice :

L'élève est en position du rassemblement, en tierce des deux armes. Le maître d'armes, à distance d'allongement du bras, propose de porter les touches successivement à la tête,

à la figure, au flanc, au ventre et aux jambes (hauteur mi-cuisse). Suivant le placement de ses armes devant l'élève, le maître d'armes renforce un travail d'identification des cibles, d'amplitude de l'action et du geste réalisé par l'élève.

En maintenant l'élève dans cette position, le maître d'armes va, en se déplaçant latéralement (en demi-cercle), proposer des situations désaxées amenant une amplitude gestuelle et une approche de la position de garde, adaptée à une distance adéquate.

L'introduction des situations défensives permet au maître d'armes d'insister sur les positions des armes, selon la cible attaquée en relation avec l'action offensive réalisée.

En proposant une séquence structurée d'actions offensives, le maître d'armes place chaque position défensive, chaque parade de l'élève selon qu'il lui sera demandé d'utiliser sa main droite ou sa main gauche, voire même les deux mains (parades doubles). Selon l'action défensive, l'élève aura à trouver la position adéquate renforçant, par un équilibre contrôlé, l'efficacité de la parade.

Comme en musique, cette leçon introduit la notion de gammes techniques permettant de proposer une mémorisation progressive dissociée, en s'appuyant sur des enchaînements simples et alternés de situations offensives et défensives.

L'action offensive correspondant à l'action défensive : attaque tête / parade tête ; attaque figure / parade figure ; attaque ventre / parade ventre...

Par la suite, les enchaînements se complexifieront, permettant un travail de coordination plus précis et efficace : attaque à la tête, main droite ; parade de quarte, main gauche ; riposte, main droite figure et revers figure ; une parade à la tête, riposte pointe au ventre.

L'alternance d'actions de pointe et de tranchant amène l'élève à se concentrer sur ces différents placements et reprises d'appuis. D'autres exemples permettent de placer l'élève dans une acquisition motrice simple, tels que :

Séquence 1 : à partir de la position de tierce, l'élève attaque successivement à la figure, en revers à la jambe, puis en pointe au ventre. Le maître d'armes prend alors toutes les parades coïncidant

à ces actions offensives pour proposer, à son tour, la même séquence offensive sollicitant l'élève dans un placement des actions défensives s'y rapportant.

Séquence 2 : à partir du rassemblement, une position neutre et stable, l'élève peut également travailler une succession de reprises d'appuis introduisant la notion défensive d'esquives (arrière, basse, latérale) en identifiant notamment un point de fixation (arrière ou avant) selon le sens du mouvement.

2. La leçon de perfectionnement

Il s'agit de valider l'efficacité d'une action ou d'un enchaînement d'actions dans le contexte de la séquence technique proposée en coopération avec partenaire(s).

Cette leçon développe l'efficacité de l'action technique imbriquée dans un enchaînement adapté et cohérent avec la prestation globale.

Suivant les contraintes dictées par le ou les partenaires, le contexte de la prestation, la cohérence technique de l'enchaînement et les éléments périphériques extérieurs (plateaux, publics, circonstances de la prestation), une adaptation de ces mouvements sera nécessaire pour garantir une fluidité gestuelle et une synchronisation rythmée, en relation avec le ou les partenaires. Cette leçon tend à répéter, à un rythme soutenu et à des vitesses différentes, l'ensemble des enchaînements afin de placer le sens du mouvement et l'intensité de chaque action dans un souci de réalisme, de précision et de cohérence.

Cette leçon introduit également les réactions du ou des partenaires qui, suivant leur positionnement et l'évolution de la situation, induiront des adaptations techniques : remplacement, vision, amplitude du geste...

Le maître d'armes reprend les actions techniques de chaque séquence qui représentent réellement la prestation proposée.

L'élève répète les actions pour développer sa vitesse d'exécution, de coordination et de déplacement ; il aura à adapter ces actions pour répondre efficacement à la recherche de fluidité et de rythme.

Cette leçon permet de « mettre en musique » l'enchaînement décidé. Cette recherche de musicalité aide à la mise en place de chaque séquence et vise à moduler ou adapter l'intégralité

de la prestation en parfait accord avec chaque partenaire.

Cette leçon pourra également se décliner sous forme de situations d'opposition, où l'incertitude des séquences proposées accentue la réalisation naturelle ou intuitive du geste, d'une position. L'élève devra être alors masqué et équipé d'une tenue aux normes réglementaires.

Le maître d'armes s'appuie sur la prestation écrite et mémorisée par l'élève pour répéter et placer chaque séquence.

3. La leçon de filage

Elle permet de reproduire des phases d'actions, telles que décrites dans la mise en scène de la prestation finale. Elle prépare l'élève à agir et réagir efficacement aux conditions scéniques selon le contexte de cette prestation (festivals, théâtre...).

Elle s'effectue, en amont d'un spectacle ou d'une échéance compétitive (festivals...), la veille ou à quelques minutes de la prestation.

Cette leçon permet de mettre l'élève dans le rythme (la musicalité) de la prestation scénique.

Elle permet de mettre en confiance chacun des partenaires dans l'acquisition technique de ses enchaînements avant la prestation scénique.

Elle se déroule, bien souvent, sans armes et à un rythme moins soutenu, permettant ainsi de placer et de conforter l'élève dans la réalisation scénique de ses actions.

Le maître d'armes privilégie alors une gestuelle calme et placée portant sur les actions à effectuer, le placement à respecter sur le plateau et la durée des actions, dans un souci de synchronisation gestuelle.

Cette démarche s'approche de celle utilisée dans les arts martiaux comme l'Aïkido. L'élève doit sentir une coopération totale du maître d'armes.

Le maître d'armes s'appuie sur des actions connues et exécutées efficacement par l'élève.

Le travail s'effectue à base de répétitions ou d'enchaînements d'actions (préparation ; action ; réaction) à très petite vitesse, facilitant la mémorisation et le placement technique de l'élève d'une part, et l'évacuation du stress ou toutes formes de déstabilisation extérieures d'autre part.

L'élève effectue une série de séquences d'actions correspondant à une partie de la prestation globale, avec comme objectif un placement de chacune de ces séquences, de ces actions et des réactions qu'elles suscitent.

Exemples d'un contenu de leçon :

La leçon se construit alors de manière à observer un temps consacré :

- À l'échauffement :

Cette étape doit permettre de préparer et d'évaluer l'élève au travail technique de l'action choisie.

- Au travail technique d'une action :

Cette étape permet, par des situations « fermées », puis « ouvertes », par une démarche d'imitation ou d'initiative laissée à l'élève lui-même, à l'aide de répétitions successives, de réaliser, de contrôler, de corriger et d'adapter une action avec précision et exigence.

- À l'enchaînement :

Cette étape permet de réaliser une série d'actions ou une séquence déterminée, rythmée et conçue suivant le niveau d'acquisition et d'apprentissage de l'élève.

Dès lors, des leçons sont régulièrement dispensées pour optimiser cette progression éducative.

Pédagogie collective et escrime à deux mains

Objectifs :

- Découvrir l'activité escrime : principes fondamentaux de l'activité, matériels, règles du jeu et de sécurité, aspects historiques et transversaux.
- Proposer des pistes et des outils : connaissance de l'activité, objectifs visés et compétences développées chez les élèves, démarches de mise en œuvre...

En plus des valeurs et compétences véhiculées par la pratique de l'escrime sportive d'opposition, l'escrime artistique complète cet apprentissage par l'acquisition de compétences et un travail de coopération avec un ou plusieurs partenaires.

Aspect social :

- Apporter à l'enfant des repères facilitant son implication au sein d'un groupe par le développement du goût de la pratique sportive et de l'effort.

- L'écoute du partenaire.

- Développement de la sociabilité par le travail en groupe, le respect des partenaires, du jugement... (solo, duo, troupes, en ateliers, par équipes, en parcours, phases pratiques...).

- Le respect d'autrui (du partenaire, de l'enseignant).

Aspect intellectuel :

- Capacité d'écoute et de mémorisation visuelle et auditive.
- Recherche de l'autonomie dans la prise de décision et le comportement.
- Maîtrise et compréhension de la logique interne du jeu.
- Capacité à créer, concevoir, lire et écrire des séquences de combats (enchaînements).
- Capacité de concentration.
- Capacité d'analyse et d'observation facilitant le réalisme de l'enchaînement (prise d'information, force visuelle...).
- Adaptation du comportement au contexte et à l'environnement.

Cette pratique amène un enrichissement culturel et historique permettant à l'enfant de lier l'activité sportive et artistique avec son parcours scolaire.

L'objectif est de pouvoir aborder une transversalité de l'enseignement des matières scolaires générales (grammaire, orthographe, histoire...) avec une pratique sportive et culturelle.

Aspect mental :

- Contrôle de soi.
- Capacité à créer, concevoir, lire et écrire des séquences de combats (enchaînements).
- Capacité de concentration.
- Capacité d'analyse et d'observation facilitant le réalisme de l'enchaînement (prise d'information, force visuelle...).

Cette pratique amène un enrichissement culturel et historique permettant à l'enfant de lier l'activité sportive et artistique avec son parcours scolaire.

Aspects physique et sportif :

- Développement de la coordination et de l'équilibre (déplacements spécifiques, orientation dans l'espace).
- Latéralisation (travail main droite / main gauche).
- Conservation de la souplesse naturelle.

- Travail de la vitesse et de la précision.

Aspect technique :

- Respect des consignes de sécurité : principe de la « bulle », distance, « armer-regarder-donner ».
- Familiarisation avec des cibles organisées en trois secteurs : tête, tronc, jambes.
- Connaissance de l'arme utilisée [manière de toucher (coup de taille, coup de tranchant), de se défendre (esquives, parades)...].
- Amélioration de la dextérité manuelle par la maîtrise de l'objet.
- Acquisition et amélioration d'habiletés motrices.
- Élargissement méthodique du répertoire gestuel.
- Optimiser le principe « action-réaction » imposé par le rythme de l'enchaînement sur le plan artistique.
- Affirmation du schéma corporel.
- Transversalité disciplinaire (danse, musique, théâtre...).
- Capacité de création (écriture d'un scénario, recherches historiques et techniques...).
- Présentation d'une prestation technique et artistique.

Déroulement du temps de formation :

Concevoir et réaliser des actions expressives, artistiques et esthétiques de coopération visant à reproduire une situation d'opposition-duel, médiée par une ou plusieurs armes.

- Artistique et esthétique : exprimer, corporellement, des personnages, des images, des sentiments pour communiquer des émotions en réalisant une petite chorégraphie (3 à 5 éléments), sur des supports sonores divers.
- Activités sportives : réaliser un enchaînement de 2 ou 3 actions avec un ou plusieurs partenaires visant à reproduire les situations de combats ou de duels d'antan.
- Maîtrise gestuelle : réaliser des actions cohérentes et contrôlées en toute sécurité et avec réalisme.

L'escrime à deux mains s'inscrit dans la famille des activités physiques de coopération visant à synchroniser des séquences techniques à créer, à mémoriser, à reproduire, à interpréter.

La trame du déroulement de la séance correspond aux différentes étapes d'une démarche d'apprentissage en EPS et peut

être reproduite à l'identique avec des élèves. La progression reprend dans les grandes lignes les étapes d'un cycle de 6 à 8 séances.

Aussi bien en main directrice qu'en main opposée, l'enfant doit reproduire le geste technique travaillé suivant un rythme et un ordre donnés. L'apprentissage des cibles se fait par la succession de séquences d'observations et de répétitions gestuelles collectives, lors desquelles l'enfant va, tout en mémorisant le geste, repérer l'endroit à menacer, à toucher ou à défendre.

Apprentissage de la sécurité par le contrôle visuel, puis gestuel : principe du « armer-regarder-donner » :

- En armant le geste par une amplification articulaire, l'enfant construit le signal visuel permettant à son partenaire de reconnaître le geste final.
- En regardant son partenaire, l'enfant contrôle la synchronisation visuelle avec son partenaire tout en vérifiant la mesure et la distance, la cible choisie et la position de celui-ci.
- En donnant le geste amplifié vers la cible donnée, l'enfant réalise l'action technique décidée selon le code préétabli avec son partenaire.

Sur le principe de jeu de rôle alterné, l'enfant va porter, puis recevoir une action structurant la coopération. Celle-ci est basée sur la discussion armée instaurant un rapport attaquant et défenseur.

L'échauffement dans la pédagogie collective :

L'échauffement a pour but, d'une part, de faire entrer les enfants dans l'activité de manière ludique (repérage de l'espace, prise de contact avec les autres enfants, avec l'adulte qui donne des consignes) ; d'autre part, de préparer le corps progressivement aux exercices spécifiques à l'activité [accélération du rythme cardiaque, et surtout mise en action musculaire (étirements...)]. Il durera une dizaine de minutes. Il doit être ludique et en relation avec l'activité qui va être pratiquée par la suite.

* **Présentation de 5 situations**

a/ **Jeu du regard**

- **Objectif** : jeu de déplacement et d'occupation de l'espace avec notion d'équilibre et de déplacements ; postures spécifiques escrime ; notion de ballet collectif et d'expression artistique ; notion de rythme.

· **Matériel** : aucun.

· **Consignes** : déplacement libre dans l'espace, puis blocage en équilibre, au signal du meneur. Fuite dans une direction décidée à l'arrêt et exprimée par le regard.

· **Variation d'évolution** : s'arrêter dans la position de garde à droite ou à gauche. Contraintes sur les types de déplacements (pas chassés, croisés, pas sautés...).

Cet exercice peut se faire en musique ; l'arrêt de la musique signifie la mise en garde.

b/ **Jeu du chien d'aveugle**

· **Objectif** : jeu de déplacement et d'occupation de l'espace avec notion d'équilibre, postures spécifiques escrime, notion de ballet à deux et d'expression artistique, notion de rythme, mise en confiance et franchissement des appréhensions d'ordre affectif et relationnel.

· **Matériel** : dans un premier temps, pas de matériel, puis utilisation de la canne ou d'une corde, tenue par le bout des doigts (accentue la maîtrise de l'arme) par les 2 partenaires. Déplacements et mouvements : développer l'amplitude du geste, aller vers des positions « escrime ».

· **Consigne** : suivre les déplacements selon le rythme donné par le partenaire.

· **Critère de réussite** : arriver à une synchronisation gestuelle et motrice parfaite.

· **Variations ou progressions** :

2 partenaires face à face, en contact par le bout des doigts. À tour de rôle, l'un des deux est meneur et dirige l'autre de façon libre dans toutes les directions.

Même jeu, mais l'aveugle ferme les yeux et se laisse conduire (mise en confiance).

Même jeu, mais avec des déplacements codifiés (pas chassés ; pas croisés) : variations sur ces déplacements et sur la forme du jeu (yeux ouverts, puis un aveugle, puis deux aveugles). Expression de la fibre sensible et de l'harmonie entre les partenaires.

Face à face, les enfants vont, tout en maintenant le regard de l'autre, se déplacer en alternance de manière à préserver une distance fixée au départ de l'exercice.

c/ **Le chef d'orchestre**

Pour sensibiliser les enfants aux déplacements spécifiques, des ateliers sont proposés, permettant d'insister sur l'équilibre, la motricité, la latéralisation et la synchronisation gestuelle.

DÉPLACEMENTS	TYPES DE DÉPLACEMENTS	OBJECTIFS
Avant / arrière	Retraite, bond avant / arrière, passe-avant / arrière, fente	Coordination et équilibre
Latéraux	Marche à droite / gauche, fente de côté, changement de garde	
Circulaires	Volte / contre-volte, in quartata, esquives	
Synchronisation de différents rythmes	Séquences de plusieurs déplacements	

· **Objectif** : un élève doit observer l'ensemble du groupe et découvrir le meneur (chef d'orchestre) qui dirige les déplacements.

· **Matériel** : dans un premier temps, aucun matériel utile, puis l'utilisation de la canne ou une corde, tenue par le bout des doigts (accentue la maîtrise de l'arme) par les 2 partenaires.

· **Déplacements et mouvements** : développer l'amplitude du geste ; aller vers des positions « escrime ».

· **Critère de réussite** : découvrir qui est le meneur.

· **Consigne** : suivre les déplacements selon le rythme donné par celui qui dirige le groupe en synchronisation parfaite.

· Variantes ou progressions :

LE CHEF D'ORCHESTRE	CONSIGNE	VEILLER À	VARIANTE
Seul face au groupe	Réaliser les actions en synchronisant la gestuelle	<ul style="list-style-type: none"> · Maintenir le regard vers le chef d'orchestre. · Synchroniser les déplacements. · Maintenir son équilibre. 	<ul style="list-style-type: none"> · Découvrir qui dirige le groupe · Avec ou sans arme.
Face à face	Alterner les rôles du chef d'orchestre	Contrôler la distance entre les 2 enfants	Avec ou sans arme.

d/ Jeu des balles et coupelles

- Objectif : travail de la latéralisation, de la coordination et de l'équilibre.
- Matériel : balles de golf, coupelles et plots (délimitant les espaces).
- Consigne : les élèves disposent de balles de golf placées au creux de leur poing. Le but du jeu est de maintenir la balle tout en essayant de traverser sans courir un espace délimité, sans que la balle ne tombe. L'élève doit ralentir la traversée de son partenaire, sans chercher à le toucher. Les déplacements peuvent se réaliser en pas chassés ou en pivot (introduction de la volte ou contre-volte).
- Critère de réussite : traverser sans faire tomber la ou les balles.
- Variantes possibles : les balles sont placées dans des coupelles. Les élèves utilisent deux balles dans chacun de leurs poings visant à travailler la latéralisation, la coordination et l'équilibre.

Cet exercice permet également d'introduire les déplacements latéraux, arrières, circulaires et semi-circulaires. Il vise à l'amélioration de la maîtrise gestuelle au fil des séances.

e/ Parcours de motricité avec étapes

- Objectif : travailler la motricité, la gestuelle et la précision.

BALLE DE GOLF, COUPELLE	CONSIGNE	VEILLER À	VARIANTE
Face à face	<ul style="list-style-type: none"> · Traverser d'une zone à l'autre sans faire tomber la balle. · L'autre doit ralentir la progression du partenaire sans jamais toucher les mains, les bras ou les balles. 	<ul style="list-style-type: none"> · Maintenir la balle en équilibre sur le poing · Maintenir la balle en équilibre sur le poing, point fermé ou dans la coupelle. · Limiter les mouvements du tronc. 	<ul style="list-style-type: none"> · 1 contre plusieurs · Avec ou sans coupelle

- Matériel : cerceaux, plots, lattes, cibles, balles de golf et fléchettes.
- Consigne : effectuer le parcours de motricité en respectant les obstacles ; sauter, reprise d'appui, pas chassés, appui dissocié (cerceaux). L'atelier de précision se réalise en envoyant 3 balles ou fléchettes sur une ou plusieurs cibles ; il peut être placé dans le circuit général qui, sollicitant des déplacements, des sauts, des reprises d'appuis, oblige l'élève à un retour au calme rapide et une coordination simple (bras – jambes) visant à optimiser le lancer d'une balle de golf ou d'une fléchette sécurisée sur une ou plusieurs cibles.
- Critère de réussite : traverser sans faire tomber la ou les balles.
- Variante possible : ce parcours peut être effectué dans un temps limité, en comptabilisant les cibles touchées à l'aide des balles ou des fléchettes.

NB : en cas de cibles non touchée, il sera ajouté 10 secondes par lancer de balle ou de fléchette manqué.

* Séquence d'apprentissage

Cette séquence débute par les principes de sécurité permettant d'établir une codification des mouvements, en présentant le matériel, les règles de jeu et de sécurité en lien avec la pratique de coopération.

* La notion de « Bulle » :

- Objectif : amener l'élève à identifier cette distance de sécurité et à ne pas traverser, tout en travaillant en coopération avec son partenaire.
- Matériel : aucun, puis avec une canne.
- Consigne : l'élève pose sa main sur chaque cible, puis s'en éloigne pour trouver la distance adéquate.
- Critère de réussite : s'arrêter sur un point situé à 30 ou 40 cm de la cible (bulle transparente).
- Variantes : cet exercice peut se faire en déplacement latéral. Le partenaire pourra positionner sa « parade » en cherchant à synchroniser son geste.

* L'apprentissage des cibles :

Pour introduire la notion de coopération armée, les enfants, munis de cannes, vont, à tour de rôle, identifier les cibles fondamentales, mais également le sens des actions techniques à réaliser :

CIBLES	ACTIONS DE L'ARME
<ul style="list-style-type: none"> · La tête ou le « chef » (terme moyenâgeux) ou la « couronne » (terme grand siècle). · La figure (côté de l'arme ou côté opposé à l'arme). · Le flanc (côté de l'arme) et le ventre (côté opposé à l'arme). · La jambe (entre la fesse et le genou). 	<ul style="list-style-type: none"> · Côté de l'arme : coup droit (doigt en supination, vers le ciel). · Côté opposé de l'arme : revers (doigt en pronation, vers le sol). · Coup de pointe (porté en armant et en amplifiant son geste sur une cible) · Coup de tranchant ou de faux-tranchant selon la position des doigts.

Dans un premier temps, cet apprentissage se fera de manière ordonnée de la tête aux jambes, puis inversement, permettant ainsi de mémoriser visuellement et techniquement chacune des cinq cibles à exploiter.

Dans un second temps, cet apprentissage se fera de manière à structurer en permettant ainsi d'introduire les notions de fluidité

gestuelle (la réalisation d'une action technique engendre une succession de positions et de mouvements facilitant la réaction et la synchronisation gestuelle commune).

L'apprentissage des actions offensives (attaques) :

- **Objectif** : identifier toutes les actions offensives en coup droit et en revers permettant de construire, à deux ou plus, une phrase d'armes, expressive et esthétique.
- **Matériel** : cannes, puis rapières.
- **Consigne** : en alternance, chaque élève reproduit l'action en positionnant sa main non armée vers la cible (pré-signal) avertissant son partenaire, puis réalise l'action en respectant la notion en trois temps : « armer-regarder-donner ».
- **Critère de réussite** : les actions doivent s'arrêter sur la « bulle transparente », à la hauteur de la cible visée (précision des cibles).
- **Variantes** : cet exercice peut se réaliser au ralenti, dans un ordre donné permettant une mémorisation gestuelle efficace. Il peut également s'effectuer dans un ordre donné par le partenaire ou entièrement déstructuré.

L'apprentissage des actions défensives (parades) :

- **Objectif** : identifier toutes les actions défensives permettant d'arrêter l'action offensive avec une ou deux mains armées.
- **Matériel** : cannes, puis rapières.
- **Consigne** : en alternance, chaque élève reproduit l'action défensive (parade) en positionnant sa main armée en opposition à l'action offensive (attaque). L'apprentissage des parades s'illustre par une notion de fermeture : « Je ferme le toit (parade tête), les fenêtres (parades figure droite et figure gauche), les portes (parade au flanc et au ventre). »

NB : respecter le principe « armer / regarder / donner » pour l'attaquant ; « armer / regarder / recevoir » pour le défenseur.

- **Critère de réussite** : chaque position défensive ou parade doit être précise et en synchronisation complète avec l'action offensive donnée.
- **Variantes** : cet exercice peut se réaliser au ralenti, dans un ordre donné permettant une mémorisation gestuelle efficace.

Il peut également s'effectuer dans un ordre donné par le partenaire ou entièrement déstructuré.

Exemples d'exercices :

Jeu au ralenti, sans canne : « Je mime une attaque – tu mimes une parade. » (Difficulté à mettre de l'amplitude au geste).

Même jeu, avec une canne pour « l'attaquant ».

Jeu au ralenti, avec une canne : insister sur l'importance de la lenteur (visée artistique) et l'amplitude du geste (« Quand on est au théâtre, qu'est-ce qu'on doit faire pour que les spectateurs entendent ? »).

Même jeu, avec 2 cannes : faire varier la phrase : attaque - parade - riposte - parade. Même jeu, avec 2 cannes, en définissant des cibles : Tête (T) - Figure Droite (FD) - Figure Revers (FR) - Jambe Droite (JD) - Jambe Revers (JR). La localisation de ces zones et le fait de les nommer permettra de verbaliser l'échange pour mémoriser la chorégraphie, pour le passage à l'écrit et à la rédaction d'un schéma narratif de combat artistique.

Même jeu, avec 2 cannes, en définissant des cibles et en verbalisant les zones d'attaque ou cibles.

Même jeu, avec 2 cannes, en définissant des cibles et en verbalisant les zones d'attaque ou non : écriture d'une phrase à trois mouvements (ou plus) :

Séquence de réinvestissement :

Cette phase permet aux élèves la présentation de leurs enchaînements avec celle de la séquence technique travaillée.

Elle permet de valider l'acquisition motrice de chaque élève en apportant une lecture objective de l'enchaînement, mêlée à une évaluation technique et artistique précise : précision des cibles, cohérence du choix des actions, comportements et attitudes des partenaires, maîtrise gestuelle, spatiale, temporelle...

La présentation du salut d'ensemble :

Apprentissage collectif, en rond d'un salut de groupe (ex. : salut des cadets de Gascogne).

Salut des Cadets de Gascogne : 6 temps.

- Position générale : poings à la taille, pieds alignés, tête droite
- Exécution du mouvement :

1. Amener le pied gauche en arrière, et porter la main droite à la rapière, la canne ou l'épée,
2. Tirer l'épée au ciel et ramener le pied gauche aligné avec le pied droit.

3-4. Effectuer un appel de pieds (droit, puis gauche).

5. Amener l'arme au menton.

6. Offrir la cible de gauche à droite en demi-lune.

Le travail du salut permet notamment d'enclencher une mémorisation et une concentration gestuelle contrôlée et synchronisée.

Compétences transversales :

- Un travail d'écriture :

Il est nécessaire pour faciliter l'acquisition motrice et l'optimisation de la mémoire en valorisant l'observation, puis la conceptualisation : regarder et retranscrire.

Basée sur une construction technique rappelant la construction grammaticale, cette retranscription de ces phrases d'actions (phrases d'armes) permet de renforcer la transversalité avec l'apprentissage du français (sujet / verbe / complément : attribution du rôle / de l'action / de la cible ou de la réaction du partenaire). Il y aura un atelier d'écriture pour faciliter la compréhension et l'appropriation des enchaînements.

En valorisant des phrases courtes, illustrées de symboles identifiant le sens des actions, les cibles et les mouvements techniques reproduits.

- Exemples de codification et d'écriture :

a/ La codification des actions :

La direction du mouvement : ← →

donne le sens de l'action (vers quel partenaire ?).

Le mouvement : Coup Droit : CD ou Revers : Rvs

Les cibles : Tête : T / Figure : Fig / Revers-Figure : Rvs-Fig / Jambe : Jbe / Ventre : Vent...

Les parades : Parade : Par / Les positions (Prime 1, Seconde : 2, Tierce : 3 / ...).

Les Ripostes, contre-ripostes : Riposte : Rip, Contre-Riposte : C-Rip.

Les esquives : ESQ basse : Bs ; Arrière : AR, Latérale : Lat droite (D) ou gauche (G).

b/ L'écriture du texte :

- * Phrase 1 : le partenaire 1 effectue une attaque à la tête parée par le partenaire 2, qui exécute une parade de quinte (5).
- * Phrase 2 : le partenaire 2 riposte en exécutant une attaque à la jambe par revers, puis figure ; le

partenaire 1 effectue une parade de seconde (2), puis de quarte (4) et riposte en revers à la jambe. Parade de seconde du partenaire 1.

Cette écriture peut également être présentée en tableau comme suit :

· Travail de recherche sur le vocabulaire spécifique :

PARTENAIRE 1	SENS DE L'ACTION	PARTENAIRE 2
Attaque Tête (T)	→	Parade de quinte (5)
Parade de seconde (2) Parade de quarte (4)	←	Riposte Jambe (Jbe) Figure (Fig)
Riposte revers jambe (Rvs Jbe)	→	Parade seconde (2)

Ouverture vers une culture générale sur le thème de l'escrime, en recherchant des définitions en rapport avec l'activité dans les expressions de la vie courante : accolade, avoir le choix des armes, être armé pour la vie, passer l'arme à gauche, partir avec armes et bagages, prendre les armes, les déposer, bachelier, champion, botte secrète, être sur ses gardes, fleuret moucheté, parler à fleurets démouchetés, point d'honneur, prompt à riposter, relever le gant, s'escrimer, trouver la parade, relever le gant, porter l'estocade...

· Évaluation :

Cette évaluation se fera sur des temps consacrés à la représentation de la prestation :

- Par étapes d'acquisition.
- En une prestation globale.

Les moyens utilisés seront :

- La vidéo, de façon à ce que l'élève ait une représentation objective de la prestation.
- L'élaboration d'une fiche d'évaluation individuelle ciblant les compétences cognitives, motrices, relationnelles et artistiques.

7. La pratique de l'escrime artistique et les aspects réglementaires liés à la sécurité

(Albin SIRVEN)

Dans cette partie, notre souci est de revenir sur l'encadrement de l'escrime artistique sur les plans réglementaires et en matière de sécurité. Différents cadres de pratique sont évoqués et pour chacun, des suggestions ou des rappels de textes réglementaires sont effectués.

A. Le cadre général

Il n'y a pas de règlements spécifiques relatifs à la pratique de l'escrime artistique. En fonction du cadre de pratique, tel qu'un centre aéré, un club d'escrime ou durant le temps contraint scolaire, les règlements particuliers inhérents à ces différents champs seront applicables.

Cependant à défaut de règlement spécifique pour l'escrime artistique, il faut convoquer le bon sens en se rappelant une ancienne formule qui, en matière de droit, était usitée lorsqu'il y avait vacance de règles : « *L'éducateur responsable de l'enseignement doit veiller en bon père de famille à la sécurité des pratiquants.* »

Désormais, lorsqu'il y a vacance de règlements spécifiques, le code civil stipule dans son article 496 que tout responsable d'une action engagée doit veiller à prodiguer des « *soins prudents, diligents et avisés dans le seul intérêt de la personne protégée* ».

Il appartient à tout responsable initiant une pratique de l'escrime artistique d'intégrer les principes de cet article du code civil.

B. Le cadre scolaire

L'activité « escrime artistique » peut être proposée par des enseignants des établissements d'enseignement public et des établissements d'enseignement privé sous contrat avec l'État

dans l'exercice de leurs missions, ou ces derniers peuvent faire appel à des intervenants bénévoles ou qualifiés agréés par les services du ministère de l'Éducation nationale. Quelle que soit la typologie de l'enseignant, la pratique de l'escrime artistique relève d'un projet agréé par la hiérarchie en vigueur.

Le contexte lié à l'enseignement des APS reste évolutif ; il faut donc s'appuyer sur l'article 496 du code civil et se reporter pour l'heure également à la circulaire n° 99-136 du 21 septembre 1999 dite « Ségolène Royal » publiée sur le BO de l'Éducation nationale HS n° 7 du 23 septembre 1999.

C. L'association sportive affiliée à la Fédération Française d'Escrime (FFE)

Dans le cadre d'une pratique au sein d'une association affiliée à la FFE, l'engagement du président de ladite association est de licencier tous les pratiquants qui fréquentent le club.

Les pratiquants titulaires de la licence fédérale auront des droits et des devoirs fixés par le règlement intérieur de la FFE et celui du club ; par ailleurs, la prise de licence implique de souscrire un contrat d'assurance et un contrôle médical. Ces deux derniers éléments sont là pour prévenir et couvrir le licencié en cas d'accident.

Le code du sport, en matière de sécurité, est prolixe en articles relatifs aux installations sportives ; il est des plus utiles de s'y conformer. La pratique de l'escrime sportive est sujette à différents règlements, notamment pour les pistes (longueur, largeur), alors qu'il n'y a rien pour l'escrime artistique. Cependant, il n'est pas intéressant, pour information et réflexion, de lire avec attention l'arrêté du 10 mai 1984 portant sur les garanties particulières d'hygiène, de technique et de sécurité des salles où sont pratiqués le judo et l'aïkido. Cet arrêté donne des indications sur l'aire de travail, qui peuvent apporter certaines idées pour la sécurisation des pratiquants d'escrime artistique.

Il est également souhaitable, avant d'entreprendre une pratique de l'escrime artistique, de relire avec attention, le chapitre dévolu à la « responsabilité civile » consigné à partir de la page 952 du code du sport Dalloz édition 2005. Les commentaires apportés à l'article 1382, et notamment « la responsabilité des sportifs entre eux » est également des plus utiles à connaître.

D. En guise de conclusion

Tentons de cerner au mieux les éléments qui concourent à la sécurité des pratiquants afin de les maîtriser.

Le choix du matériel : il est essentiel, car il ne doit pas être dangereux (lames cassées, armes mal montées, etc.) et il doit être adapté au niveau des pratiquants. La progression pédagogique veillera, entre autres, à passer par des armes peu dangereuses comme des cannes ou des bâtons, afin d'intégrer les rythmes, les distances et les trajectoires, avant de passer à des armes en acier par exemple.

L'espace d'évolution : il doit être suffisant pour que les pratiquants ne se gênent pas, la surface d'évolution ne doit pas être glissante. Elle doit être sécurisée et suffisante pour permettre les différents enchaînements de groupe ou de duo.

Le niveau d'engagement et les techniques mobilisées doivent être choisies en fonction du niveau de savoir-faire des pratiquants.

L'utilisation de costumes ne doit pas gêner les pratiquants ou entraver leur gestuelle ; le recours à certains éclairages ne doit pas les aveugler.

Ce choix n'est pas exhaustif bien évidemment, mais il a pour but de placer la sécurité du pratiquant comme un élément transversal et permanent ; la sécurité n'est pas un élément isolé, elle est présente dans la pédagogie, le matériel utilisé, l'aire d'évolution choisie, les enchaînements travaillés.

8. Conclusion

Portée par l'histoire, l'art et la culture, l'escrime artistique trouve parfaitement sa place dans l'enseignement de l'escrime.

Ouverte à tous, sans connaissances préalables de la technique des armes, elle s'adapte pleinement à la pratique en club et s'avère un outil pédagogique remarquable dans l'enseignement des APS à l'école élémentaire, au collège et au lycée.

Demandant des moyens matériels limités dans son approche de base, elle dispense l'enseignant d'EPS d'investissement coûteux dans des équipements sophistiqués.

Dans les établissements scolaires, elle permet aux enseignants d'un

même établissement de mutualiser les moyens, les idées et de mettre en commun les compétences d'une équipe pédagogique.

Dans le monde associatif, elle offre à des personnes peu enclines à la pratique sportive, le compromis entre activité physique, intellectuelle et culturelle. Elle laisse une place importante à l'expression théâtrale, à la recherche historique et artistique.

Chacun, en fonction de ses aptitudes, de ses besoins, de ses aspirations, trouve dans l'escrime Artistique ce qui lui convient le mieux. Sa pratique collective socialise les plus jeunes dans un travail de coopération et d'échanges riche et fourni, où tenir compte de l'autre est essentiel et primordial.

Pour des raisons de sécurité, le hasard, autant que l'incertitude, sont bannis d'un enseignement précis, juste et cadré.

Si la pratique de l'escrime artistique permet à chacun, sportif ou non, de s'initier à l'art du maniement de l'épée, elle sera l'occasion pour l'enseignant d'escrime d'attirer dans sa salle d'armes un nouveau public que la pratique sportive n'aurait peut-être pas conquis. L'escrime artistique permet ainsi une diversification des pratiques propice à l'augmentation du nombre de licenciés du club et offre, en conséquence, à l'enseignant, des perspectives professionnelles nouvelles.

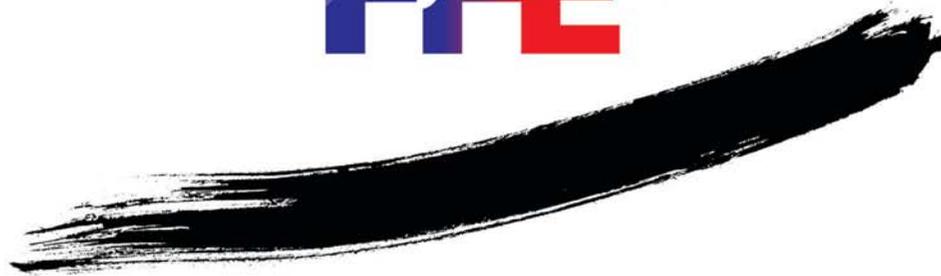
En créant ce manuel sur l'escrime artistique, la FFE souhaite sensibiliser le pédagogue sur cette pratique de l'escrime insuffisamment développée. Elle souhaite donner à tous les enseignants et éducateurs un outil pédagogique adapté, répondant à leurs attentes et à leurs souhaits.

Ce manuel leur donnera ainsi, nous l'espérons, l'envie et les moyens d'enseigner cette escrime riche et ludique.

REMERCIEMENTS :

VALÉRIE GALLI · FRÉDÉRIC PIETRUSZKA
MICHEL OLMIER · LAURENT PICCIOLI
PATRICK LEFORT · JEAN-LUC NICOLAS
ALBIN SIRVEN · THIERRY SAULNIER
LA CPC DE MONTCEAU LES MINES
JOSIANE EYRAUD · JEAN-PAUL
CHEVALIER · CHRISTIAN PEETERS
ANTONIO MEFFÉ · ÉRIC GRUMIER





FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME

Tour Gallieni II
36 av. du Général de Gaulle
93170 Bagnole

CONTACT

01 43 62 20 50

www.escrime-ffe.fr - ffe@escrime-ffe.fr