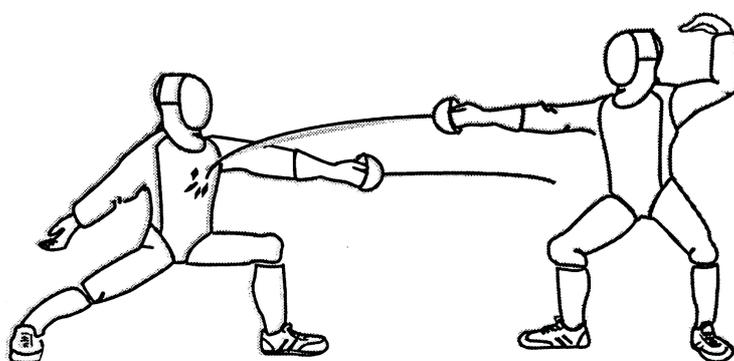


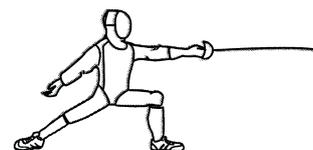
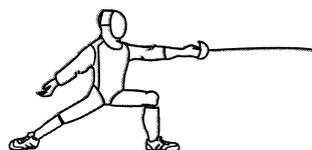
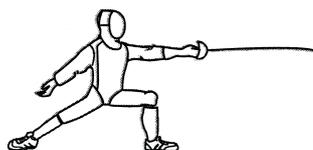
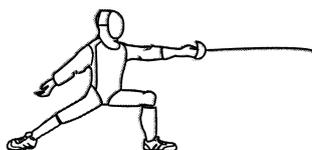
UNITÉ D'ENSEIGNEMENT

ESCRIME



Première approche
d'une
activité nouvelle

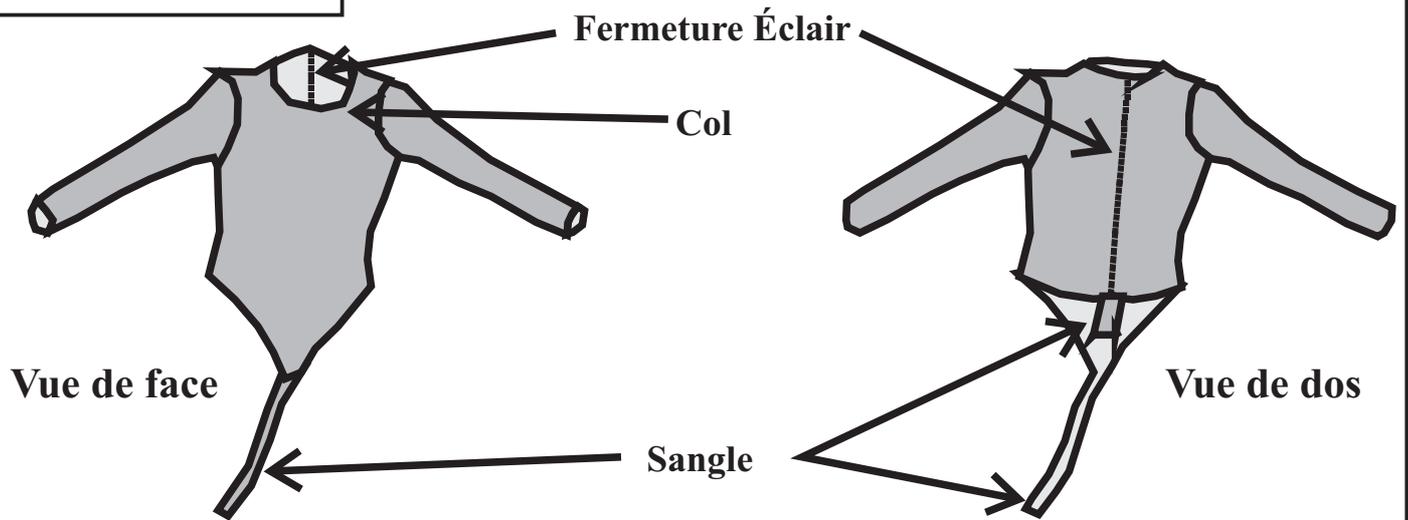
CYCLE DES APPROFONDISSEMENTS



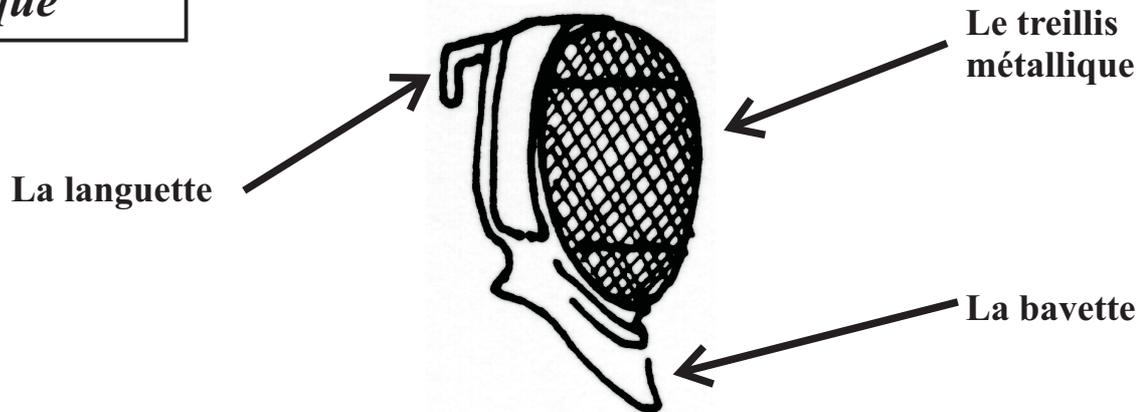
Septembre 2002 - M. Lacroix - J. Moreau

SÉANCE PRÉLIMINAIRE : Vocabulaire - L'équipement

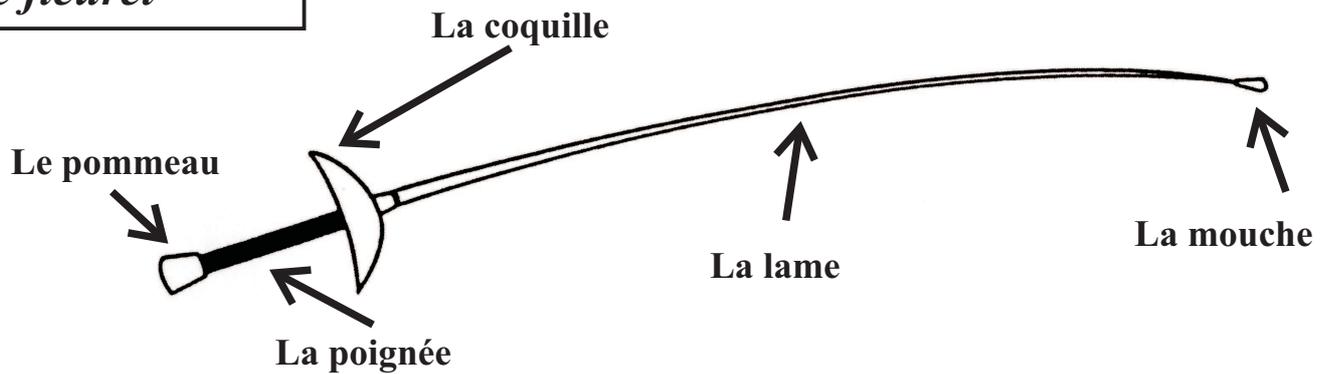
La veste



Le masque



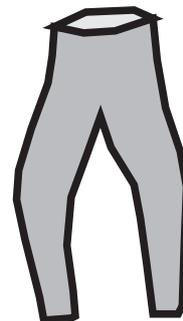
Le fleuret



Le gant



Le pantalon



SÉANCE PRÉLIMINAIRE : Quelques Informations

De l'antiquité au Moyen-Âge

Dès son apparition, l'homme a été amené à confectionner des armes pour se défendre ou attaquer des animaux ou ses semblables. L'étude raisonnée du maniement des armes est, de ce fait, fort ancienne. Ainsi :

-**En Chine**, des docteurs es armes professaient vingt siècles avant notre ère.

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

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

-**En Grèce**, Homère décrit une épée longue qui pointe et tranche ; et à Athènes, selon Platon, de nombreux "Maîtres" (les Hoplomachès) professaient moyennant rémunération. Ils organisaient des concours pour les hommes et les enfants.

-**À Rome**, les "Doctores armorum" forment non seulement les gladiateurs mais aussi les soldats à la technique du glaive.

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

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

La naissance de l'escrime moderne

Il semble que c'est en **Espagne que naît l'Escrime moderne**. En effet, au début du XV^{ème} siècle, des écoles spécialisées dans la science des armes sont créées. Puis au XVI^{ème}, les Italiens codifient et uniformisent l'enseignement. Leur réputation passe les frontières puisque Jarnac, Charles IX, Henri III sont entraînés par des professeurs transalpins.

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

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

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

Ces évolutions amènent un profond essor de l'escrime.

Au XVIII^{ème} siècle, un grand nombre d'ouvrages théoriques paraissent en France. Sans citer tous les auteurs, il convient d'évoquer le travail important exposé au sein de l'encyclopédie de D'Alembert et Diderot (1751-1766).

Cette époque se caractérise surtout par une pratique très conventionnelle. Élégance et courtoisie étaient les qualités requises. Les saluts, révérences et autres positions précieuses occupent une place importante.

L'escrime et le sport

À la fin du XIX^{ème} siècle, l'escrime réussit sa mutation : d'art martial, elle devient sport. En 1882, la Fédération Française d'Escrime est créée et reconnue d'utilité publique en 1891. Des compétitions sportives sont organisées. Individuelles ou par équipes, elles opposent généralement Italiens et Français.

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

En 1913, la Fédération Internationale d'Escrime est créée, tandis qu'est rédigé le premier règlement pour les épreuves.

En cette fin du XX^{ème} siècle, ce sport est pratiqué de façon quasi universelle. Des championnats mondiaux seniors, juniors et cadets se déroulent annuellement, indépendamment de nombreuses autres épreuves.

Le français demeure la langue officielle en compétition.

Les trois armes



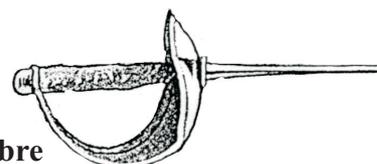
Fleuret

Longueur de la lame 90 cm, poids 500 g. Touche valable si elle portée de la pointe sur la cuirasse métallique.



Épée

Longueur de la lame 90 cm, poids 770 g. Touche valable si elle portée avec la pointe sur n'importe quel point du corps..



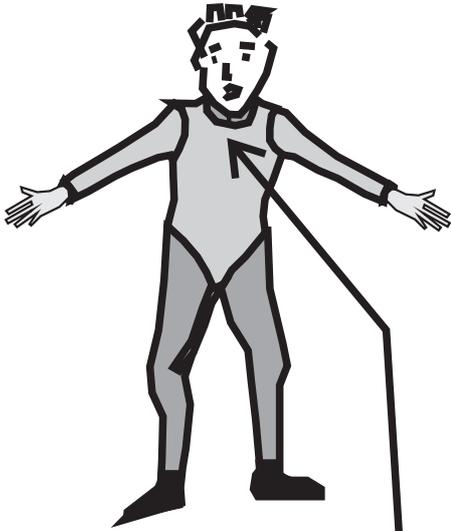
Sabre

Longueur de la lame 88 cm, poids 500 g. La touche est valable si elle portée avec la pointe, le tranchant ou le dos de la lame sur tout point du corps au-dessus des hanches.

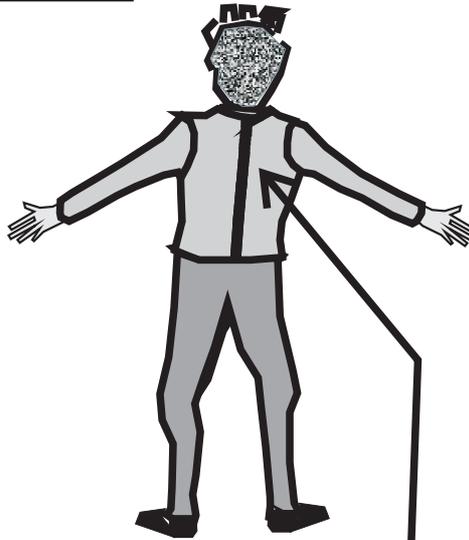
SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 1 - S'équiper

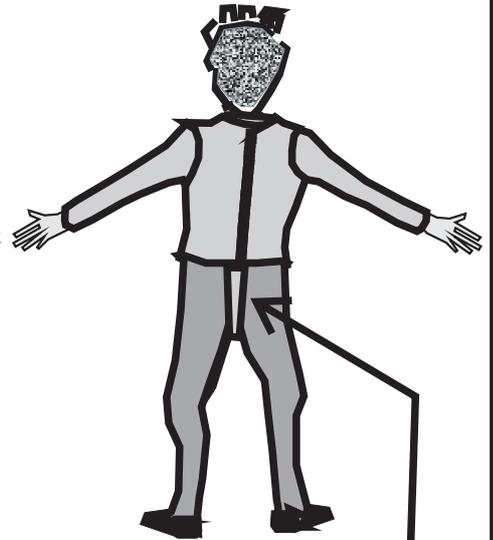
1. Mettre la veste



Vérifier que le col
soit bien relevé

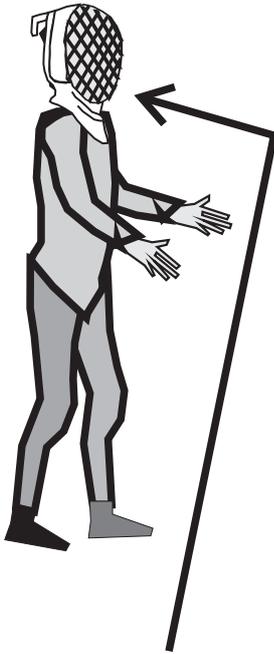


Prendre soin de la
fermeture-éclair.
Elle est fragile.

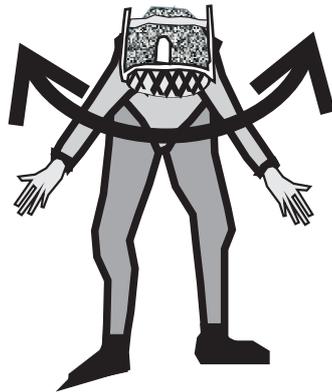


Attacher la sangle
correctement.

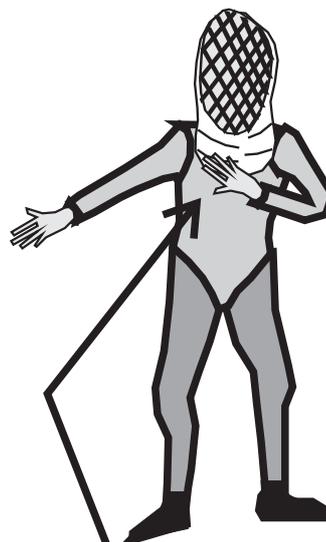
2. Mettre le masque



Bien enfoncer le
menton dans la
mentonnière

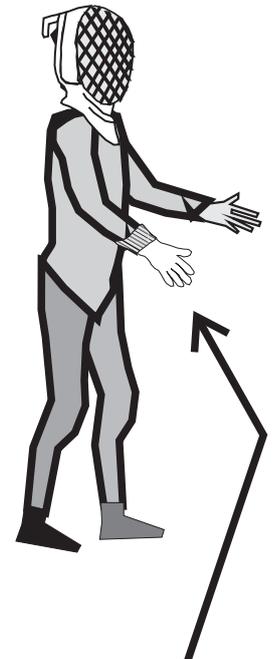


Incliner la tête vers le sol
La remuer
Le masque ne doit pas
tomber



Tendre la
bavette

3. Mettre un gant



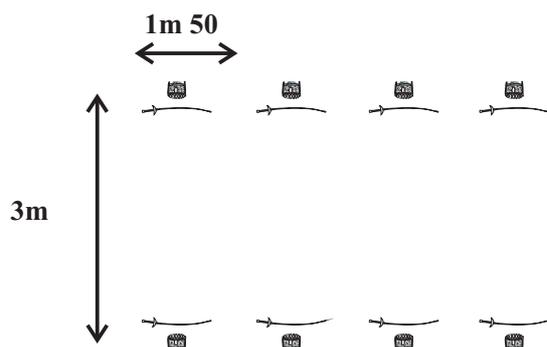
Mettre un gant à
la main qui tient
le fleuret

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 2 - Jouer à l'escrime en toute sécurité

1. Disposition

Les élèves sont deux par deux face à face.
Compter une distance d'1 m 50 par duo. Les deux lignes sont séparées par une distance de 3m.



2. Consignes préliminaires

Reprendre collectivement les consignes concernant l'habillement.
Chaque élève vérifie sur son propre équipement.
Soulignez l'importance des consignes concernant le masque.

Présentez l'escrime :

C'est un sport qui a ses règles particulières tant pour le fonctionnement que pour la sécurité.

L'escrime est un sport où l'on obéit à des commandements :

En garde

Se préparer.
Ne plus bouger.

Êtes-vous prêts ?

Répondre oui ou non
distinctement.

Allez

Exécuter
l'exercice.

Halte

S'arrêter.

L'escrime est un sport où l'on obéit à des règles de sécurité :

Le fleuret peut être dangereux (notamment pour les yeux).

On ne doit le prendre que sur l'ordre de l'enseignant.

Pour se déplacer avec, le tenir la pointe vers le bas.



Mon fleuret est au sol. Je ne le touche pas.

**Prenez vos
fleurets.**



L'enseignant a donné l'ordre. Je peux le prendre.



Je me déplace avec le fleuret la pointe en bas.

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 2 - Suite et Fin

3. Jeu

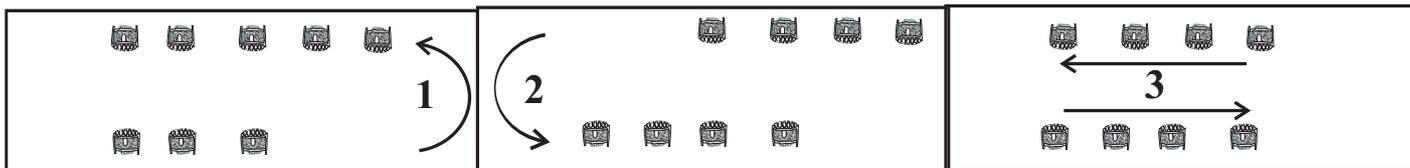
Vous allez jouer à l'escrime.

Attention aux ordres.

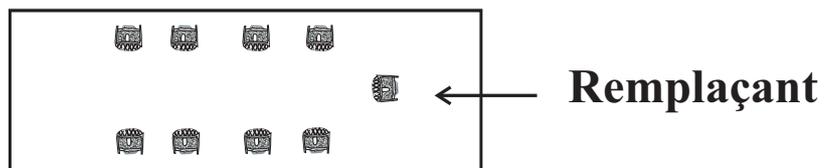
En garde. Êtes-vous prêts ? Allez..... Halte.

Arrêter le jeu au bout de 30 secondes environ.

Faire tourner les élèves.

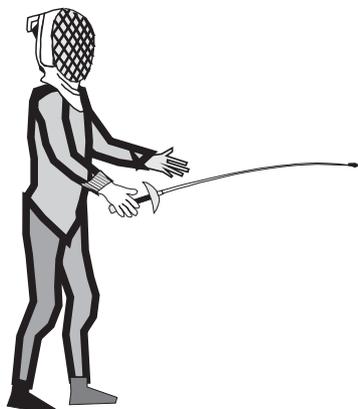


Si l'on dispose d'un nombre impair d'élèves. Faire sortir en bout un remplaçant qui change à chaque rotation.



Faire 3 parties puis arrêter le jeu. Ne pas oublier de faire poser les masques car, sous le masque, il fait chaud.

Posez vos fleurets.



Posez vos masques

Je peux poser mon masque sans danger car je n'ai plus mon fleuret.



Pour terminer :

Déramatiser l'activité en demandant si cela fait mal.

Faire découvrir le but de l'escrime "Toucher sans être touché".

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 3 - Apprendre les premières règles

1. Disposition

Les élèves sont deux par deux face à face.

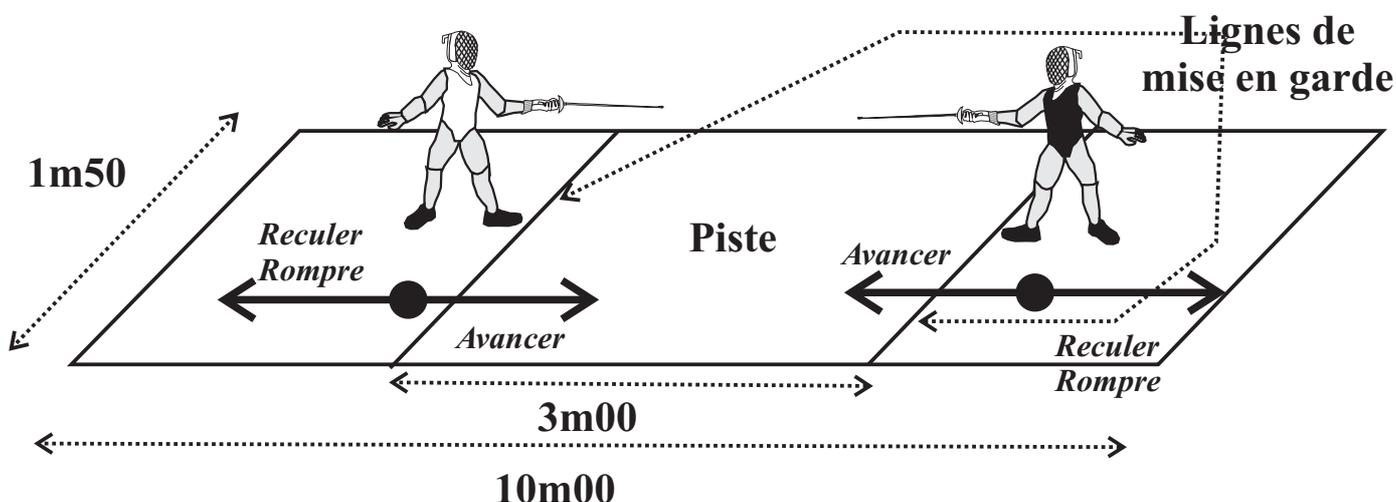


2. L'aire de jeu

La piste d'escrime est un couloir de 1m à 1m50 de largeur et de 10 m de longueur.

Cette largeur réduite oblige à combattre face à face.

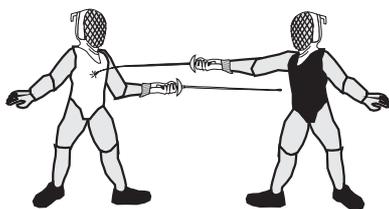
En conséquence, les seuls déplacements possibles sont avancer et reculer (rompre).



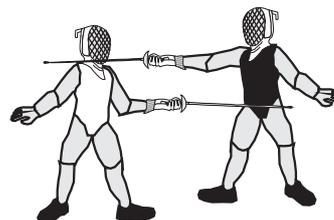
3. La touche

Au fleuret, la touche se porte avec la pointe du fleuret (la mouche).

La lame plie légèrement.



Le noir touche avec la mouche.
La lame plie.
La touche est valable.



Le noir et le blanc touchent avec la lame.
La lame ne plie pas.
La touche n'est pas valable.

4. Règle de sécurité

Si la mouche tombe, je préviens mon enseignant.



5. Jeu

Jouer à l'escrime en respectant les nouvelles règles : piste, déplacements, touches valables.
Faire 3 parties.

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 4 - Se reconnaître touché

1. Disposition

Les élèves sont trois par trois : 2 tireurs et 1 observateur.

L'observateur pose son fleuret mais garde son masque.

Les exercices sont répétés 3 fois, chacun passe observateur à son tour.

S'il reste des enfants, faire 1 ou 2 groupe(s) de 4.

1^{er} tour



2^{ème} tour



3^{ème} tour



2. Le jeu

Les tireurs combattent en respectant les règles apprises précédemment.

L'observateur débute le combat en disant "Allez".

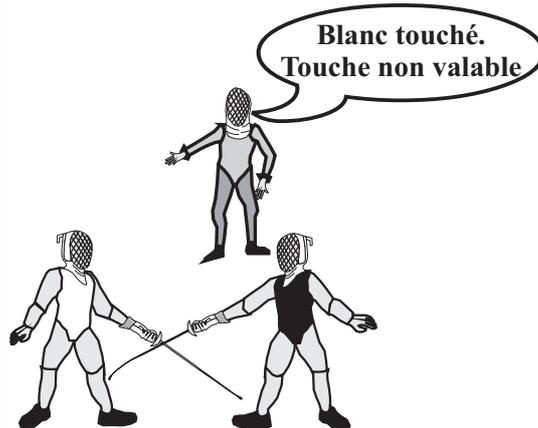
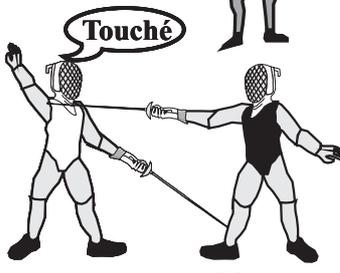
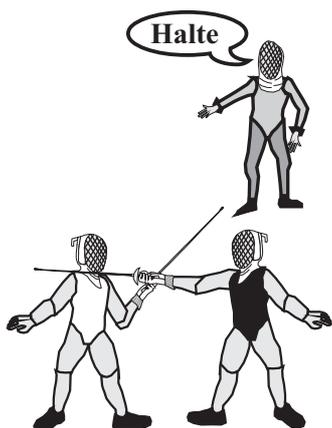
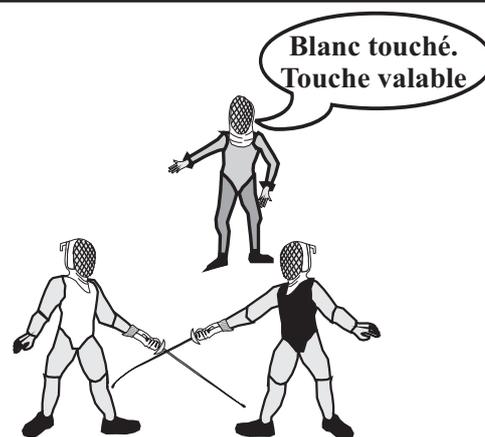
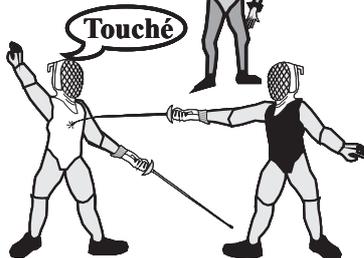
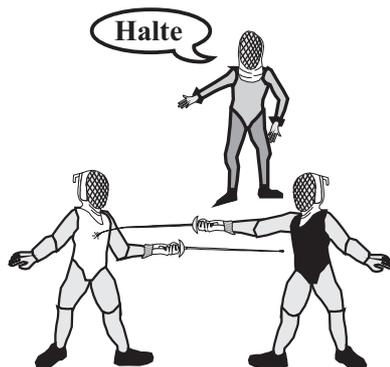
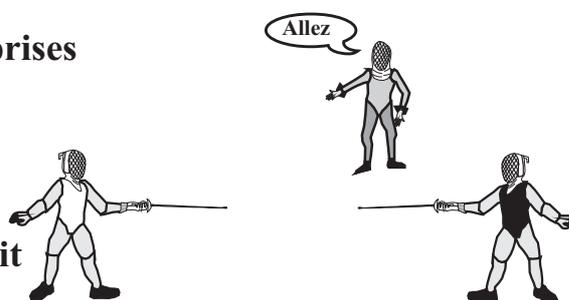
Dès qu'un tireur est touché, l'observateur arrête l'assaut en disant "Halte".

En même temps, le tireur s'arrête, lève le bras et dit "Touché".

L'observateur confirme en disant "Blanc touché" puis ajoute

"Touche valable" ou "Touche non valable".

Rappel des conditions : la mouche touche, la lame plie.



SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 5 - Apprendre les premières règles (suite)

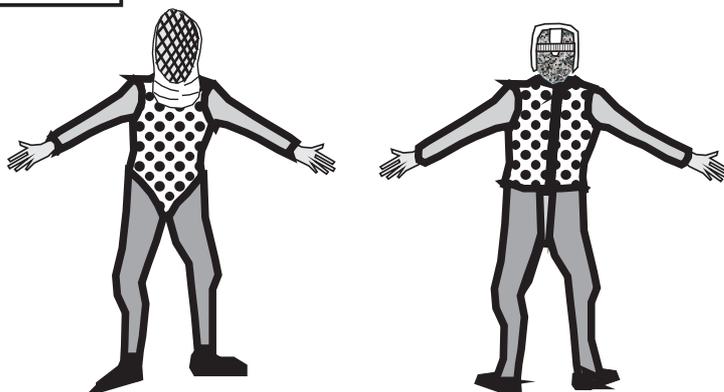
1. La surface de touche valable

Au fleuret, les touches ne sont comptées que si elles sont portées en surface valable.

La surface valable comprend le tronc à l'exclusion de la tête et des membres.

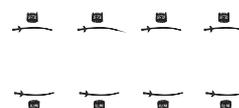


Surface valable



2. Disposition

Les élèves sont deux par deux face à face.



3. Reconnaître la surface de touche

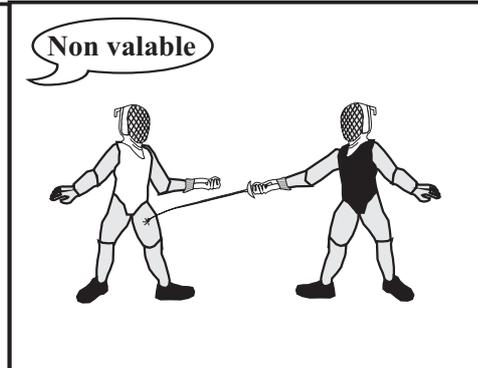
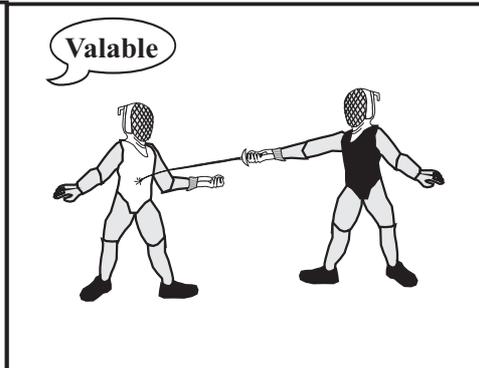
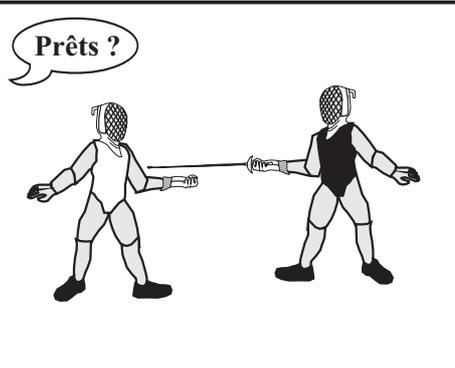
Un élève possède un fleuret. L'autre est sans arme.

Le tireur qui a le fleuret doit pouvoir toucher son adversaire en allongeant le bras.

L'enseignant dit "Valable" ou "Non valable", le tireur touche la surface demandée.

En profiter pour rappeler les règles de la touche valable : la mouche touche, la lame plie.

Changer de rôle au bout d'une dizaine de fois.



4. Disposition

Les élèves sont par trois : 2 tireurs, 1 observateur.



5. Le jeu

Les tireurs combattent en respectant les règles apprises précédemment.

L'observateur débute l'assaut en disant "Allez".

Dès qu'un tireur est touché, l'observateur arrête l'assaut en disant "Halte".

En même temps, le tireur s'arrête, lève le bras et dit "Touché".

L'observateur confirme en disant "Blanc, touché" puis ajoute

"Touche valable" ou "Touche non valable".

Rappel des conditions : la mouche touche, la lame plie et touche en surface valable.

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 6 - Se mettre en garde

1. Disposition

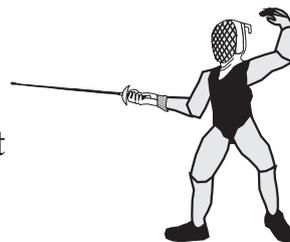


Les élèves sont en ligne face à l'enseignant.
Ils n'ont pas de fleuret.

2. Se mettre en garde

A. Généralités

La mise en garde est une position très importante car c'est non seulement la position de départ mais aussi une position qui est à garder tout le temps de l'assaut. C'est la seule position qui permet d'être prêt pour attaquer et pour se défendre.



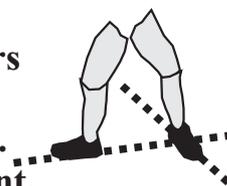
B. Les pieds

Pour un droitier, le pied droit est devant, la pointe du pied est dirigée vers l'adversaire.

Le pied gauche est derrière, orienté à angle droit par rapport au pied avant.

Le talon du pied arrière est situé dans le prolongement de l'axe du pied avant.

L'écart entre les talons est égal à la largeur des épaules. Cet écart permet d'être en équilibre et d'être prêt pour aller vite en avant ou en arrière.



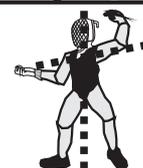
C. Les jambes

Les jambes sont fléchies, permettant ainsi de réagir plus rapidement.



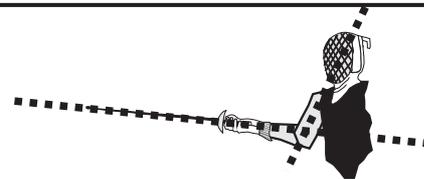
D. Le buste

Le buste est droit, de profil par rapport à l'adversaire afin d'offrir le moins possible de surface valable à toucher.



E. Le bras armé

Le bras armé est fléchi. L'arme est dirigée vers l'adversaire pour le menacer. La pointe du fleuret est située à hauteur des épaules.



F. Le bras arrière

Le bras arrière est relevé pour mieux aider à se tenir de profil.



3. Apprentissage

A. Détailler tous les éléments décrits ci-dessus.

B. Sautiller sur place. Au signal, se mettre en garde. Puis énumérer les différents éléments à vérifier : pieds, jambes, buste, bras avant, bras arrière. À chaque fois, chaque enfant vérifie lui-même les différents éléments de la position. Répéter l'exercice 5 fois.

C. Même exercice en position d'assaut (face à face) sans arme.

D. Prendre les fleurets. Se remettre en ligne face à l'enseignant. Même exercice.

E. Pour terminer, se remettre en position face à face avec les fleurets. Même exercice.

SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 7 - Se reconnaître touché

1. Disposition



Les élèves sont deux par deux face à face.



2. Le jeu

Les tireurs combattent en respectant les règles apprises précédemment. Ils essaient notamment de prendre et conserver la position de mise en garde le plus souvent possible.

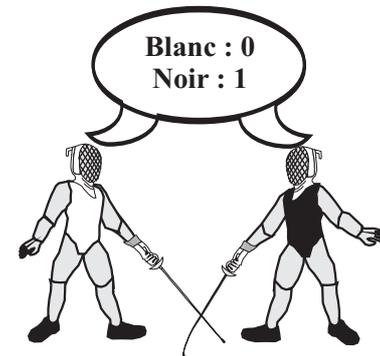
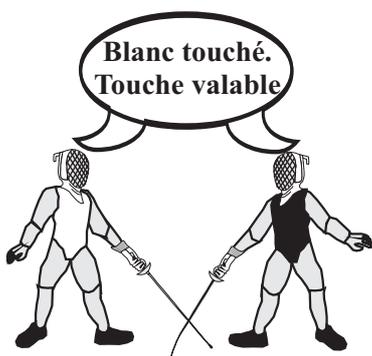
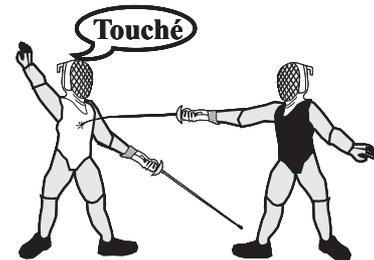
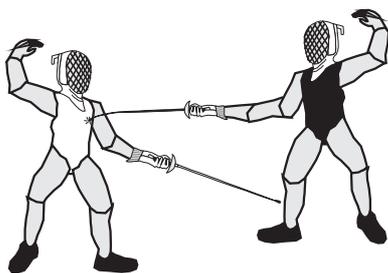
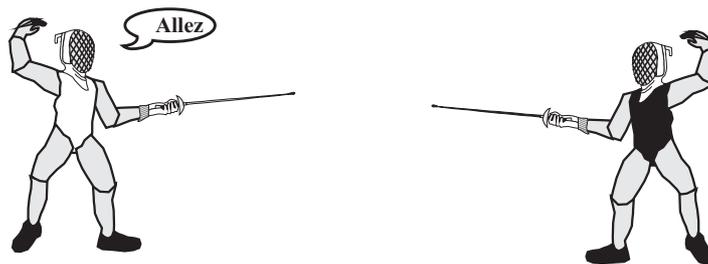
Un des deux tireurs débute l'assaut en disant "Allez".

Dès que l'un d'entre eux est touché, il s'arrête, lève le bras et dit "Touché". Les deux tireurs conviennent ensemble si la touche est valable ou non valable.

Si la touche est valable, on accorde un point au tireur qui a marqué. On n'oublie pas de rappeler le score à chaque fois.

Attention! Bien rappeler que l'on s'arrête à chaque touche (qu'elle soit valable ou non valable) et que l'on se remet sur la ligne de mise en garde à chaque arrêt.

Rappel des conditions : la mouche touche, la lame plie, on touche en surface valable, on se maintient en position de mise en garde le plus souvent possible.



SÉANCE Numéro 1

Situation numéro 8 - Assaut

1. Disposition

Élève A
Tireur

Élève B
Tireur

Les élèves sont par trois : 2 tireurs et 1 observateur.
Chacun passe observateur à son tour.

Élève C Observateur

2. Le jeu

Les tireurs combattent en respectant les règles apprises précédemment.

L'observateur débute l'assaut en disant "En garde", puis dès que les tireurs sont immobiles sur la ligne de mise en garde, "Allez".

Dès qu'un tireur est touché, l'observateur arrête l'assaut en disant "Halte".

En même temps, le tireur s'arrête, lève le bras et dit "Touché".

L'observateur confirme en disant "Blanc, touché" puis ajoute

"Touche valable" ou "Touche non valable". (Rappel des conditions : la mouche touche, la lame plie et touche en surface valable.).

Si la touche est valable, l'observateur accorde un point au tireur qui a marqué. Il n'oublie pas de rappeler le score à chaque fois. Il peut noter les points acquis sur les doigts de la main (une main pour chaque tireur, celle qui est du côté du tireur).

Si la touche n'est pas valable, aucun point n'est accordé. L'observateur fait remettre les tireurs sur la ligne de mise en garde.

Le jeu s'arrête dès qu'un joueur a atteint 3 points.

Attention! Bien rappeler que l'on s'arrête à chaque touche (qu'elle soit valable ou non valable) et que l'on se remet sur la ligne de mise en garde à chaque arrêt. Rappeler également aux tireurs de se mettre en garde le plus souvent possible et d'essayer de garder cette position.

