

1

**Structuration
du schéma
corporel.**

**Travail
d'opposition
sans arme.**

**Prise en main
de l'arme et
apprentissage
des règles de
sécurité.**

- **si le pilote appuie sur la jambe avant (du robot) :** le robot avance le pied avant et ensuite la jambe arrière (marche).
- **si le pilote appuie sur sa jambe arrière :** le robot recule le pied arrière et ensuite la jambe avant (retraite).
- **si le pilote appuie sur les deux jambes :** le robot lance sa jambe avant loin vers l'avant, sans bouger le pied arrière (fente).
- **si le pilote appuie sur la tête quand le robot est en position de fente :** le robot revient en garde (flexion de la jambe arrière coordonnée avec la poussée de la jambe avant vers l'arrière pour revenir en position de garde).
- si le pilote appuie sur le bras armé : le robot allonge le bras.
- si le pilote appuie 2 fois sur la jambe avant : 2 marches du robot.
- si le pilote appuie 2 fois sur la jambe arrière : 2 retraites du robot.
- si le pilote appuie sur le bras et sur les 2 jambes du robot : allongement du bras et fente (coup droit, première attaque simple en escrime).
Ensuite combinaison (retraite – marche ; retraite – fente etc...).

4. Jeu du « Maître à dit » : même jeu que « Jacques à dit » : d'abord en déplacements normaux, puis en déplacements d'escrime (marche, retraite, allonger le bras, fente, retour en garde, etc...)

5. Combat de jambes : Les élèves sont 2 par 2 l'un en face de l'autre. Un élève a les deux mains avec les paumes tournées vers le haut (supination), l'autre a les mains tournées vers le bas (pronation). Les 2 élèves se mettent face à face et les mains doivent se toucher. Celui qui a les paumes des mains tournées vers le haut (supination) dirige les déplacements, l'autre le suit. Objectif pour l'élève qui suit les déplacements est de garder ses mains en contact avec son partenaire. Les déplacements se font uniquement en avant et en arrière (découverte de la piste d'escrime).

- **1^{ère} phase : les élèves travaillent doucement (coopération).**
- **2^{ème} phase : les élèves essaient de piéger le partenaire (en variant le rythme des déplacements (lent – vite etc...)) (opposition).**
- **3^{ème} phase : celui qui dirige essaie de piéger le partenaire sur les déplacements tout en essayant de taper la main du partenaire (opposition).**

6. Même jeu avec des déplacements d'escrime : même exercice que le combat de jambes mais avec des déplacements d'escrime (marches et retraites).

7. Prise en main de l'arme et rappel des règles de sécurité :

- **On met le masque avant de prendre les armes.**
- **On ne menace pas un partenaire qui n'a pas de masque.**
- **Quand on ne combat pas, les pointes des armes sont vers le sol.**
- **Quand on enlève son masque, on pose d'abord son arme à terre et on enlève ensuite son masque.**
- **Il est interdit de courir avec une arme que se soit pendant les assauts et hors assaut.**

8. Découverte de l'utilisation de l'arme et des règles du jeu :

- **La façon de toucher au fleuret :** Arme d'estoc, les touches sont protégées avec la pointe uniquement.
- **Où toucher :**
 - Surface valable : le corps, le dos, les épaules. Lorsqu'on touche la surface valable on marque un point.
 - Surfaces non-valables : la tête (masque et arrière de la tête), les jambes et les bras. Lorsque l'on touche une surface non-valable, on ne marque pas de point.

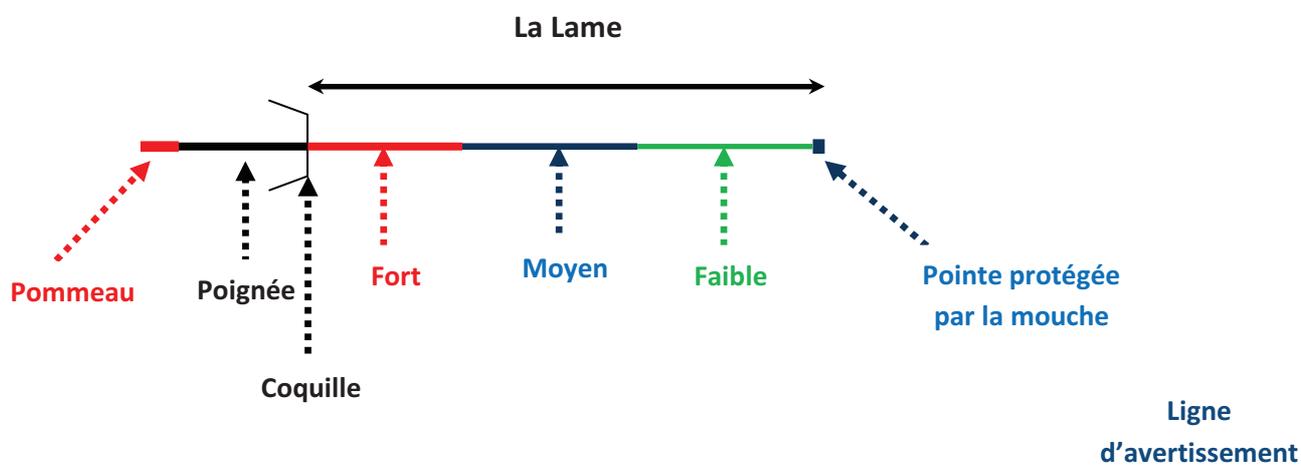
<h1>1</h1>	<p>Apprentissage de la touche et de la sensation d'être touché. Éviter la peur de la touche.</p> <p>Apprentissage du combat.</p>	<p>- La convention : règle de priorité qui régit le combat. Le fleuret et le sabre sont des armes conventionnelles, l'épée est une arme non conventionnelle (pas de règle de priorité). Dans les armes conventionnelles, lorsque les deux escrimeurs se touchent en même temps, l'arbitre départage la touche en faveur de l'escrimeur qui a pris la priorité, ainsi les escrimeurs dans la pratique des armes conventionnelles ne peuvent jamais marquer tous les 2 un point.</p> <p>Chaque fois qu'il y a une touche valable comptabilisée : les 2 escrimeurs reviennent à leurs lignes de mise en garde. Quand la touche ayant la priorité est non valable, les 2 escrimeurs restent en garde à l'endroit où s'est produite la touche.</p> <p>- La priorité est donnée à l'attaque et notamment par le bras qui doit être allongé avec la pointe menaçant une surface valable. Pour reprendre la priorité l'adversaire doit faire échec à l'attaque (allongement du bras suivi de la fente) soit en la faisant tomber dans le vide soit en écartant la lame avec sa propre lame avant de passer à l'offensive (parade riposte).</p> <p>7. Travail de la touche (coopération) : les élèves sont 2 par 2 à distance d'allongement de bras. (distance prise avec l'arme à la main).</p> <p>- exo 1 : chaque élève se touche 5 fois et l'autre partenaire se laisse toucher. Attention les touches ne doivent pas être enchaînées rapidement, la tenue de l'arme doit être correcte (main en supination), et l'autre élève doit se laisser toucher sans se protéger.</p> <p>- exo 2 : même chose à distance de fente (apprentissage du coup droit). Au signal de l'enseignant :</p> <p>« allonger le bras » : l'élève qui touche doit allonger son bras armé et menacer la surface valable.</p> <p>« Fendez-vous » : l'élève se fend et touche son partenaire</p> <p>8. Travail en combat « jeu du à toi à moi » :</p> <p>Découverte de la surface de combat (balisée avec des plots) (2). Piste d'escrime longue de 8 à 10m et large de 1,5m. Si on sort en fond de piste l'adversaire marque un point. Pensez à baliser les lignes de mise en garde.</p> <p>Les élèves font des matchs en 5 touches, ils doivent annoncer quand ils sont touchés, et doivent appliquer la convention.</p> <p>Pédagogie de la découverte : comment se défendre ? En faisant tomber l'attaque dans le vide en reculant.</p> <p>9. Retour au calme, bilan et rangement du matériel (rituel du déshabillage).</p>
<h1>2</h1>	<p>Rapport corps/arme</p> <p>Observation et évaluation.</p> <p>Apprentissage de la gestion de l'espace et renforcement de la latéralité.</p>	<p>1. Prise en main du groupe : Utilisation de jeu : jeu des statuts, des combats de jambes.</p> <p>- travail des déplacements couplé avec des sauts : à partir de la position de garde l'élève fait un quart de tour sur lui-même en sautant et réceptionne son saut en se mettant en garde (varier les sauts vers la droite, vers la gauche, puis mettre en place des demi-tours).</p> <p>2. Travail de la tenue de l'arme : Travail des éducatifs.</p> <p>- Battement : Action de taper la lame de l'adversaire avec la lame de son arme.</p> <p>Travail deux par deux sur la piste d'escrime (linges d'avertissement) : un élève fait un battement et l'autre répond au battement en faisant un battement.</p> <p>Même exercice en faisant un battement et en touchant le partenaire après.</p> <p>2 par 2 : un élève fait plusieurs battements en progressant vers la coquille de son</p>

		<p>on doit toucher une surface valable. Quand un joueur est touché, il sort du jeu et va s'asseoir en dehors de la zone de combat.</p> <p>5. Retour au calme et rangement du matériel :</p>
<h1>4</h1>	<p>Travail de ma précision.</p> <p>Réponses motrices adaptées.</p> <p>Travail sur l'objectif de tromper l'adversaire</p>	<p>1. Prise en charge du groupe : jeux de mobilité ou parcours ou jeu déjà vus dans les séances précédentes.</p> <p>2. Contrôle des acquis : La position de garde, la marche, la retraite, la fente, retour en garde (travail par groupes de 3 élèves). Jeu du « Maître a dit » avec des appels du pied (appel du pied avant ou du pied arrière, des deux pieds etc...).</p> <p>3. travail du traitement de l'information : Travail des fondamentaux avec les nombres et les chiffres. Les élèves se mettent en garde, l'enseignant annonce un chiffre et les élèves se déplacent.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chiffre impair (1, 3, 5, 7 ou 9) : retraite - Chiffre pair (2, 4, 6, ou 8) : marche - 0 : fente ou retour en garde. <p>On commence l'exercice en annonçant des chiffres, puis on peut faire des combinaisons avec des nombres.</p> <p>Ex : 22, 2 chiffres pairs donc les élèves font 2 marches.</p> <p>Ex : 12, 1 chiffre impair et un chiffre pair, les élèves font une retraite et une marche.</p> <p>Ex : 120, retraite, marche et fente (0).</p> <p>3. Exercice techniques : technique de la fente : les élèves prennent un fleuret par la pointe, les élèves doivent se fendre en donnant un coup de pied sur la poignée de l'arme (le pommeau), et doivent rester fendu.</p> <p>4. Exercice : 2 par 2, un élève a un fleuret qu'il tient en équilibre avec la pointe au sol et la main sur la poignée. L'autre élève est en garde à la distance de fente (sans arme). Quand l'élève qui tien le fleuret en équilibre le lâche, l'autre élève essaie de rattraper le fleuret (par la poignée) avant que celui-ci tombe au sol.</p> <p>Variante possible : cet exercice en marcher fente.</p> <p>5. Exercice technique (pédagogie de la découverte) avec arme :</p> <p>Assauts libres.</p> <p>Question : comment toucher l'adversaire qui fait une parade et comment le faire réagir ?</p> <p>Réponse : en faisant une feinte.</p> <p>Travail de la Feinte (coopération), travail 2 par 2, au signal de l'enseignant :</p> <p>Groupe A : allonger le bras.</p> <p>Groupe B : faire une parade doucement.</p> <p>Groupe A : sur la parade de votre partenaire, passez votre pointe en dessous de la lame adverse (dégagement).</p> <p>2 éléments sont travaillés ici : l'attaque composée et le dégagement.</p> <p>6. Assaut à thème (opposition) :</p> <p>Assaut, si on touche en ayant fait une feinte avant (attaque composée) on marque 2 points. Si on touche en faisant un dégagement, on marque 2 points.</p> <p>7. Retour au calme et rangement du matériel :</p>

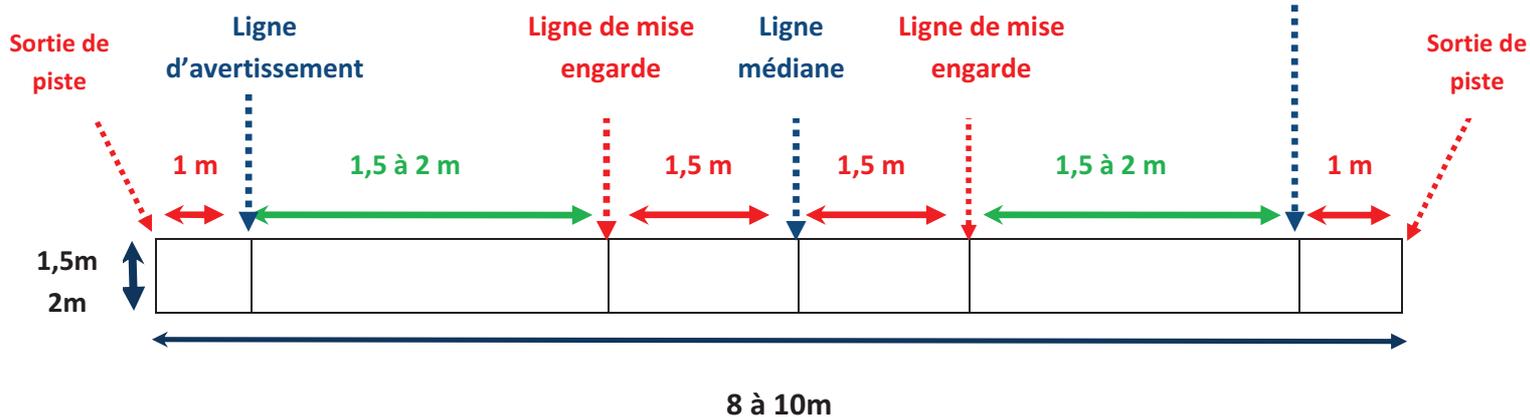
<h1>6</h1>		<p>touche et l'arbitre annonce si elle touche, si il y a une parade et une riposte, il demande si elle touche à l'autre assesseur et ainsi de suite. Si une touche (valable ou non valable) est signalée alors le point est attribué (si valable) ou non (si non valable).</p> <p>Mise en situation pratique par groupe de 5 élèves, chaque élève doit avoir fait les trois rôles (tireur, assesseur et arbitre).</p> <p>Mise en situation sur des assauts (au préalable il faut faire une démonstration devant tout le groupe).</p> <p>3. Travail du coup droit :</p> <p>- Travail du coup droit par groupes de 2 (sans arme) : un maître et un élève (puis changement de rôle).</p> <p>L'élève doit faire un coup droit au signal du maître, puis il reste fendu, le maître corrige son élève.</p> <p>Critère de réussite du coup droit (allongement du bras suivi de la fente). (faire une démonstration avant l'exercice).</p> <p>- le bras armé doit être allongé, avec la main légèrement au dessus de l'épaule, le bras arrière est allongé. Le pied arrière doit être à plat et former un angle droit avec le pied avant. La jambe avant doit formé un angle droit avec la cheville et le genou alignés verticalement, le genou avant forme un angle droit. Le buste doit être droit.</p> <p>5. Travail de la défensive :</p> <p>Un attaquant et un défenseur :</p> <p>L'attaquant se met à distance de fente, le défenseur est en garde le pied arrière sur une ligne.</p> <p>L'attaquant à le droit à 5 attaques, le défenseur doit l'empêcher de toucher en se défendant avec son arme et sans bouger le pied arrière (donc faire une parade) et doit essayer de toucher l'attaquant (6 attaques puis changement de rôle).</p> <p>Objectifs de l'exercice : perfectionner l'attaque, obliger les élèves à faire une feinte ou une préparation avant d'attaquer et perfectionner la parade et la riposte.</p> <p>6. Retour au calme et rangement du matériel :</p>
<h1>7</h1>		<p>1. Prise en main du groupe : jeux de mobilité ou parcours ou jeu déjà vus dans les séances précédentes.</p> <p>2. compétition : apprentissage de la manière de remplir une feuille de poule (tableau à double entrée), puis poule de 5 élèves en 3 ou 2 touches avec un arbitre et 2 assesseurs, sur chaque match. Il y a donc à chaque assaut de la poule 2 tireurs, un arbitre et 2 assesseurs.</p> <p>L'enseignant ramasse, à l'issue de la compétition, les feuilles de poule et met une note à tous les groupes de 5 élèves.</p> <p>3. correction collective des 5 feuilles de poules (classe de 25 élèves dont 5 poules), l'enseignant peut mettre une appréciation à chaque poule.</p> <p>6. Retour au calme et rangement du matériel :</p> <p>Bilan du cycle</p>

Annexes :

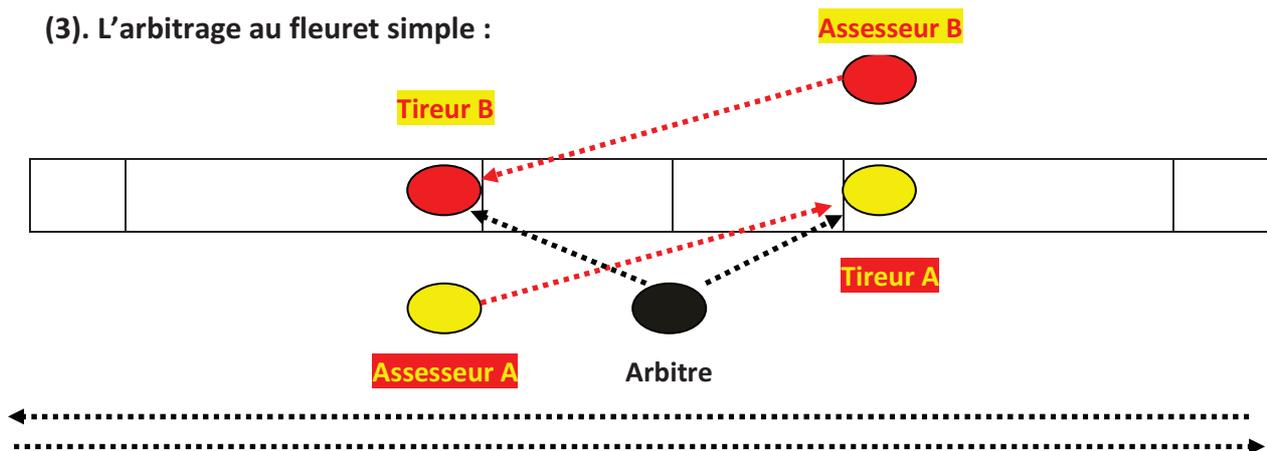
(1). L'arme (le fleuret) :



(2). La piste d'escrime :



(3). L'arbitrage au fleuret simple :



Les assesseurs et l'arbitre suivent les déplacements des escrimeurs afin de toujours rester dans cette disposition