

**CE QUE NOUS POUVONS ENSEIGNER : LE PROGRAMME DES BRASSARDS**

([http://www.fencing.ca/downloads/armband\\_program\\_fr.pdf](http://www.fencing.ca/downloads/armband_program_fr.pdf))

La Fédération Canadienne d'Escrime (FCE) souhaite mettre actuellement en place un «courant» éducatif visant à développer chez les escrimeurs une solide connaissance technique, de bonnes qualités d'observation tactique (et par là même, une capacité d'adaptation), et également une connaissance générale plus complète de l'escrime. Le programme comprend cinq facteurs de rendement distincts, mais liés les uns aux autres : la technique, la tactique, les règlements, l'arbitrage et, aux niveaux les plus élevés, l'entraînement.

Une évaluation pourrait être réalisée au club en fin d'année et porterait sur les éléments des 2 premiers niveaux : les brassards jaune et orange. Pour être officielle, elle devrait être réalisée en partenariat avec la Fédération d'Escrime du Québec (FEQ).

**RÉSUMÉ BRASSARD JAUNE**

	<b>ÉPÉE</b>	<b>FLEURET</b>	<b>SABRE</b>
<b>Déplacements</b>	Marche, Retraite, Demi-fente, Fente, et combinaisons	Marche, Retraite, Fente, et combinaisons.	Marche, Retraite, Fente, Bond arrière, et combinaisons.
<b>Technique</b>	Prise de l'arme, Garde, Offensive et contre offensive à la main, au bras, au corps (directe et indirecte), Offensive par Remise et reprise, Contre offensive par opposition 6 et 8, Battement de 4, Engagement de 6 et 8.	Prise de l'arme, Garde, Défensive de 4 et 6, Engagement de 4 et 6, Offensive simple (directe et par dégagements), Riposte immédiate (directe et indirecte)	Prise de l'arme, Garde, Offensive simple directe et indirecte (tête, flanc, ventre, pointe), Défensive 1er système (4, 5, 3), Riposte immédiate (directe et indirecte), Défensive avec la distance et offensive immédiate (faire tomber dans le vide).
<b>Tactique</b>	<i>Il n y pas de contenus dans ce niveau.</i>		
<b>Règlement</b>	Surface valable, Dimension de la piste, Méthode pour marquer des touches		
<b>Arbitrage</b>	Assesseur : Arbitrage avec l'entraîneur, Identifier les actions faites		
<b>Entraînement</b>	Échauffement, Déplacements de base, Pédagogies collectives des actions de brassard jaune, Des étirements finals		

## RÉSUMÉ BRASSARD ORANGE

	<b>ÉPÉE</b>	<b>FLEURET</b>	<b>SABRE</b>
<b>Déplacements</b>	<p>Passé avant et passé arrière, Flèche, Redoublement, et combinaisons.</p>	<p>Bond avant et Bond arrière, Flèche, et combinaisons.</p>	<p>Demi-marche et Demi-retraite (enchaînées avec les marches et retraites), Marches lentes (enchaînées avec les marches rapides), Marches de préparation (plus lentes ou de contrôle entre séquences) <u>vs</u> Marches d'attaque (rapides)</p>
<b>Technique</b>	<p>Prises de fer : opposition et liement, Dérobement, Parades circulaires et semi circulaires (6<sup>te</sup>, 2<sup>de</sup>, 8<sup>ve</sup>), Attaques composées à la main, au bras, au corps, Battement d'octave et de septime.</p>	<p>Attaques composées, Parades circulaires, Parades d'octave, Attaque sur la préparation directe, Contre ripostes</p>	<p>Attaques indirectes, Attaques à la main, Contre-attaques à la main avec opposition en suite.</p>
<b>Tactique (préparation)</b>	<p>Engagement en marchant de 4 et de 6, Invite de 4, Marche lente</p>	<p>Feintes de coup droit, Feintes d'engagement, Feintes du corps.</p>	<p>Préparation avec la pointe en garde de tierce, Au milieu de la piste : marches lentes et enchaînement avec l'action offensive, défensive ou contre offensive, Défensive pointe menaçant l'adversaire.</p>
<b>Règlement</b>	<p>Les conventions (succinctement) Rôle de l'arbitre + Rôle des juges de terre (épée)</p>		
<b>Arbitrage</b>	<p>Arbitrer quatre assauts en utilisant les signaux appropriés et en décrivant la phrase d'armes.</p>		
<b>Entraînement</b>	<p>Échauffement, Déplacements de base, Pédagogies collectives des actions de brassard orange, Étirements finals</p>		