

# DISPOSITIF DES LAMES

GRÂCE À CE DISPOSITIF, LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME PROPOSE AUX CLUBS ET AUX ESCRIMEURS :

- Un projet éducatif qui s'appuie sur des valeurs, une éthique, un savoir-être.
- Un projet sportif complet : culture, connaissances, technique, stratégie, arbitrage.
- Une progression pour un apprentissage structuré, constituée d'étapes logiques et contrôlées.
- Un référentiel indispensable à l'harmonisation nationale des différents niveaux.

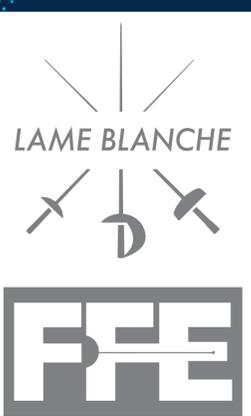
Les enseignants pourront former les différents pratiquants (enfants, adolescents et adultes), les évaluer et attribuer les écussons.



## LAME BLANCHE

ACCUEIL  
DU DÉBUTANT

VOUS ÊTES INSCRIT  
DANS UN CLUB D'ESCRIME  
ET VOUS ASSIMILEZ  
LES MESURES DE SÉCURITÉ



## LAME JAUNE

DÉCOUVERTE  
DE L'ESCRIME

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Découvrir les valeurs de l'escrime (respect, équité, honnêteté, fair-play).
- Respecter les rites.
- Respecter les règles de sécurité.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les trois armes de l'escrime sportive et leur particularité : fleuret, épée, sabre.
- La piste d'escrime.
- Les règles du jeu (conventions, et cibles à atteindre).

### SAVOIR-FAIRE

- La garde, l'attaque en se fendant, le retour en garde, la défensive (la parade ou la retraite).
- Utiliser les déplacements (marche et retraite) pendant le combat.
- Être capable de toucher en attaque et après une défensive (riposte).



## LAME ROUGE

COMPRENDRE  
ET AGIR

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Respecter le règlement sportif.
- Maîtriser ses émotions durant les combats.
- Coopérer (toucher et accepter d'être touché).

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Différencier une arme de droitier d'une arme de gaucher.
- La notion de phrase d'armes et d'attribution des points.

### SAVOIR-FAIRE

- Tenir son arme correctement.
- Enchaîner une attaque après des déplacements.
- Toucher en utilisant le coup droit, le dégagement et/ou le coupé.
- Placer son arme dans les positions fondamentales pour engager le fer ou parer.
- Préparer ses attaques (déplacements et actions au fer) avec ses déplacements, avec l'arme, au cours des assauts.



## LAME BLEUE

AGIR AVEC  
UNE INTENTION

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

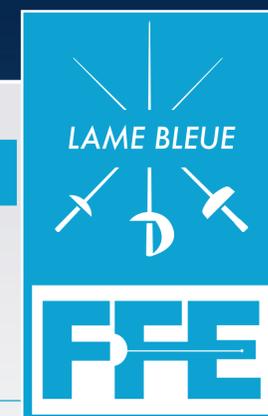
- Se montrer fair-play dans la vie sportive.
- Être persévérant et combatif pendant les matchs et rencontres.
- Coopérer et s'investir.
- Se préparer pour les rencontres compétitives ou amicales.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les armes et leur fonctionnement.
- Les règles du jeu.
- Les différences entre les attaques, les contre-attaques, les parades, les ripostes et les remises et reprises.

### SAVOIR-FAIRE

- S'échauffer, observer son adversaire.
- Préparer son action de touche pour se mettre à sa mesure, ouvrir les lignes ou faire réagir afin de toucher sur différentes cibles.
- Varier son jeu défensif avec la pointe (contre-attaque et déroboement), avec le fer (parades) et avec les déplacements.
- Réaliser une attaque composée.



## LAME VERTE

ARBITRER



### ARBITRER

- Les commandements de l'arbitre.
- Identifier l'attaquant et le défenseur et analyser des phrases d'armes simples.
- Identifier une touche portée en surface valable ou en surface non-valable.
- Faire appliquer les règles de courtoisie.

### ARBITRER

- Savoir s'auto-arbitrer en assaut.
- Arbitrer seul ou avec l'aide de 2 assesseurs.
- Appliquer les règles de terrain.
- Analyser la phrase d'armes en utilisant les termes appropriés.
- Connaître les rôles des assesseurs qui participent à un jury arbitrant.

### ARBITRER

- Diriger un jury, analyser et décider.
- Tenir une feuille de poule.
- Analyser la phrase d'armes et connaître les cas où l'attaquant est prioritaire dans les armes conventionnelles.

# DISPOSITIF DES ARMES

GRÂCE À CE DISPOSITIF, LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ESCRIME PROPOSE AUX CLUBS ET AUX ESCRIMEURS :

- Un projet éducatif qui s'appuie sur des valeurs, une éthique, un savoir-être.
- Un projet sportif complet : culture, connaissances, technique, stratégie, arbitrage.
- Une progression pour un apprentissage structuré, constituée d'étapes logiques et contrôlées.
- Un référentiel indispensable à l'harmonisation nationale des différents niveaux.

Les enseignants pourront former les différents pratiquants (enfants, adolescents et adultes), les évaluer et attribuer les écussons.

## ARME D'ACIER CONSTRUIRE SON JEU

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- S'initier à la vie du club.
- Respecter les arbitres, les adversaires, entraîneurs et spectateurs.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Les principes de l'échauffement et de la récupération.
- Vérifier le fonctionnement de son matériel.

### TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Utilisation des préparations.
- Attaques composées.
- Attaques sur le retour de garde.
- Attaques simples en flèche (fleuret, épée).
- Parades circulaires (fleuret, épée).
- Ripostes et contre-ripostes.
- Remises et reprises (épée).
- Contre-attaques aux avancées (sabre).



## ARME BRONZE SE CONNAÎTRE ET IMPOSER SON JEU

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Accompagner et encourager les débutants.
- Prendre du plaisir dans une pratique compétitive ou de loisir.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

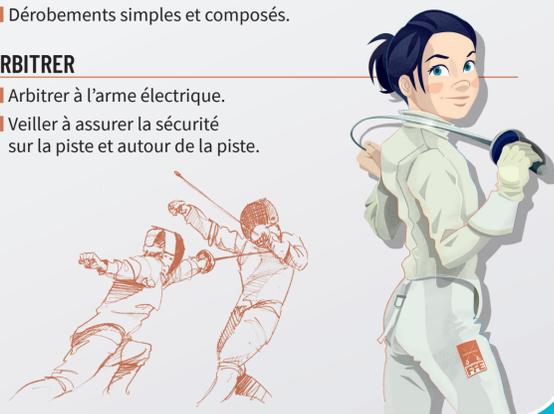
- Savoir entretenir son matériel et détecter les pannes.
- Maîtriser sa routine d'échauffement, gérer sa récupération, gérer sa respiration.

### TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Prendre des informations sur le comportement des adversaires.
- Effectuer des préparations pour perturber l'adversaire.
- Attaques simples ou composées sur la préparation.
- Combinaison de parades (fleuret, sabre).
- Prises de fer (fleuret, épée).
- Dérobements simples et composés.

### ARBITRER

- Arbitrer à l'arme électrique.
- Veiller à assurer la sécurité sur la piste et autour de la piste.



## ARME ARGENT IDENTIFIER LE JEU ADVERSE ET ADOPTER UNE TACTIQUE

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Participer aux événements et à la vie collective du club.
- S'interdire toute forme d'incivilité, de violence, de tricherie et de discrimination.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

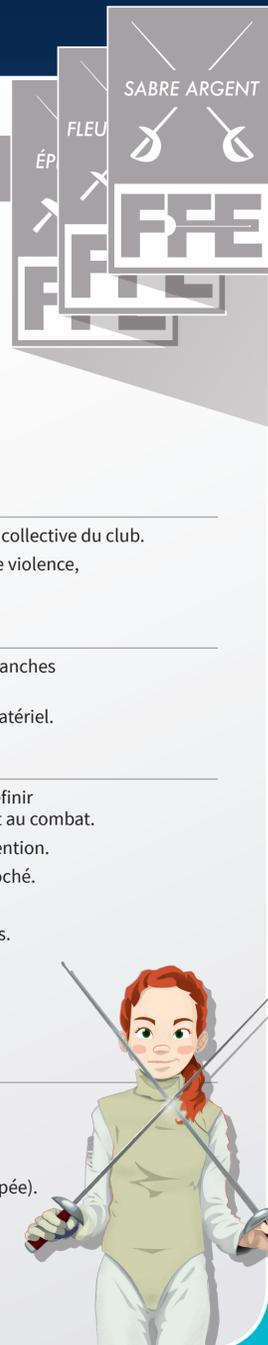
- Gérer les temps de pause entre les manches et mettre en place une routine.
- Entretien, préparer et réparer son matériel.

### TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Tirer partie des observations pour définir et adopter un type de comportement au combat.
- Effectuer des actions de seconde intention.
- Porter des touches en combat rapproché.
- Toucher en coups lancés.
- Réaliser des enchaînements d'actions.
- Alternier le jeu.
- Utiliser la ligne.
- Parer en cédant.

### ARBITRER

- Contrôler le matériel des tireurs.
- Détecter les pannes de matériel.
- Maîtriser la gestuelle de l'arbitre.
- Arbitrer avec chronomètre (fleuret, épée).
- Gérer la feuille de poule et les feuilles de matchs en tableau.



## ARME OR ÉLABORER UNE STRATÉGIE

### VALEURS ET SAVOIR-ÊTRE

- Être acteur de la vie institutionnelle et associative du club.
- Transmettre ses compétences aux débutants.

### CONNAISSANCES ET SAVOIRS

- Régler ses armes avec précision.
- Les principes de prévention du dopage.

### TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE

- Adopter un comportement technico-tactique, et le faire évoluer au besoin.
- Utiliser une routine entre chaque touche.
- Réaliser les continuations offensives en seconde intention.
- Utiliser le contre-arrêt (épée).
- Effectuer des actions d'anticipation.

### ARBITRER

- Appliquer le règlement à bon escient avec les sanctions prévues.
- Faire respecter l'ordre sur et autour de la piste.
- Gérer les feuilles de poules, les feuilles de match en tableau, les systèmes de 1/4 de tableau, les rencontres par équipes.



## LAME VERTE

### ARBITRER

- Diriger un jury, analyser une phrase d'armes, gérer le score, faire respecter le règlement international.
- Connaître les conventions au fleuret et au sabre.
- Vérifier le matériel des tireurs.
- Connaître et faire respecter les réglementations pour les jeunes.

