



---

# COMPTE RENDU STAGE FORMATION FEDERALE

## MEUNG/LOIRE

### LE 03/02/2018

---

**Date** : Samedi 03 février 2018

**Lieu** : Salle d'armes de Meung/Loire

**Encadrement** : Me Marie Noëlle DESPERELLE-THERY- Me Christophe LAROCHE

- Me Patrick LEFORT

**Stagiaires** :

- ***Educateurs*** : Guillaume ENRICO, Ivan TOURNEUR, Nicolas GUIGNARD, Sébastien CHEVENAULT

- ***Animateurs*** : Elisa DENICHERE, Noémie MARCHESE, Bastien RATURAT, Camille TOURATIER

- ***Absent*** : Francesco SEBBAR,

**Programme détaillé** : approche pédagogique de l'apprentissage du Fleuret à l'aide de la démarche pédagogique collective et l'introduction de la leçon individuelle.

- Principes de l'échauffement : pourquoi, comment,
- Démarche de la pédagogie collective
- Apprentissage de la leçon individuelle, vers les Duos.

**Observations** :

- L'**Echauffement** est une préparation **cardio-pulmonaire** et une mobilisation **articulo-musculaire** par laquelle un sportif tente de se mettre dans les meilleures conditions personnelles de réussite d'une séance du sport concerné, permettant de prévenir de toutes blessures.

Il est important de respecter les éléments suivants :

- Une **durée adaptée** (personnalisée) entre temps de travail (ciblé à l'activité selon l'arme) et récupération (active ou passive),
- Une **progression** dans le choix des exercices,
- D'une **intensité faible à modérée** puis intense en fin d'échauffement,
- Un **équilibre** des sollicitations et exercices,

Comité Régional d'Esime de la Région Centre Val de Loire

1240, rue de la Bergeresse

45160 OLIVET

[escrime.centre@wanadoo.fr](mailto:escrime.centre@wanadoo.fr)



L'échauffement doit correspondre aux attentes de la séance à venir. Il peut être généralisée, orientée ou spécifique :

- Echauffement généralisé : est censé amorcer l'ensemble des capacités fonctionnelles de l'organisme à un niveau supérieur et s'effectue par des exercices qui agissent sur les plus grands groupes musculaires (footing, course...)
- Echauffement orienté : est censé amorcer un travail orienté vers la pratique de la discipline,
- Echauffement spécifique : s'inscrit dans le choix d'exercices spécifiques à la discipline ; en Escrime, il y aura des séquences dont la durée s'approche des temps d'assaut (selon les armes), avec des exercices adaptés (vers des placements et des déplacements d'escrime) favorisés par la mise en place d'ateliers de motricité.

Il est important de pouvoir expliquer les exercices (pourquoi les faire? Comment les réaliser ?), d'insister sur les vigilances et d'apporter les corrections individuellement et collectivement.

Chaque exercice participe à la construction globale et à la compréhension de l'échauffement

Il est important de mettre en place un protocole individualisé visant à rendre autonome l'élève dans cette démarche.

- La démarche de **la Pédagogie Collective**, basée une une connaissance précise des définitions, doit proposer l'apprentissage d'actions par des situations et exercices concrets de coopération (sans incertitudes, avec partenaires) et d'opposition (avec incertitudes, avec adversaires). Basée sur la répétition de gestes, elle permet de reproduire chaque action en proposant une déclinaison mécanique tout en visant l'efficacité technique du geste lui-même. Entre réalisation et évaluation, la progression doit être adaptée aux élèves suivant différentes distances (petite, moyenne et grande), sur place puis en mouvement afin d'aller du simple vers le complexe.
- La démarche de **la leçon individuelle** consiste principalement à un apprentissage technique des actions permettant d'appréhender la notion d'opposition. Trois facteurs essentiels constituent la discussion des armes :
  - le facteur évènementiel : quelle est l'action technique choisie ?
  - le facteur temporel : à quel moment l'action se déclenche-t-elle ?
  - le facteur spatial : à quel endroit de la piste l'action se réalise-t-elle ?

En y rattachant des situations et exercices concrets, l'enseignant transmet un savoir technique et tactique à son élève pour la compréhension technique du geste, sa réalisation que son utilisation concrète en assaut. La répétition du geste favorise cette transmission par l'analyse et l'évaluation faites.

L'enseignant doit amener l'élève à comprendre le geste effectué ; il contrôle ses positions et ses placements après chaque exécution afin de valider la précision exigée.

Comité Régional d'Escrime de la Région Centre Val de Loire

1240, rue de la Bergeresse

45160 OLIVET

[escrime.centre@wanadoo.fr](mailto:escrime.centre@wanadoo.fr)



Cette évaluation permet également d'introduire la suite des actions choisies. Les consignes ou corrections lui sont données de préférence lors de temps de récupération favorisant ainsi l'écoute et la concentration.

- Le **travail terminologique** consiste principalement à une connaissance précise des définitions tout en y rattachant des situations et exercices concrets. Il est essentiel de pouvoir apprendre ces définitions tant pour la compréhension technique du geste, sa réalisation que son utilisation concrète en assaut. Le lexique fédéral au format PDF sera transmis à chaque stagiaire.
- La **participation à la Journée Nationale d'Arbitrage** organisée le samedi 30 juin 2018 correspondra également à la session de rattrapage écrit (prévu sur le samedi 16 juin 2018). Elle permettra à l'ensemble des stagiaires d'aborder les notions de formation (contenus, attendus, problématiques, certifications...) et de certification en arbitrage et d'acquérir les prérequis exigés pour l'obtention des diplômes fédéraux.

### **Conclusion :**

Le groupe, de niveau hétérogène, est investi et à l'écoute.

Il sera transmis aux stagiaires ainsi qu'à l'ensemble de leurs tuteurs les supports pédagogiques à travailler en salle tels que les incontournables de la sécurité, le lexique, une trame de fiche pédagogique favorisant l'écriture de chaque séance.

Il revient à chaque tuteur et stagiaire d'exploiter ces contenus.

**Prochain stage :** le Samedi 10 février de 10h/10h30 à 16h30 à la salle d'armes de Tours

Comité Régional d'Esorime de la Région Centre Val de Loire

1240, rue de la Bergeresse

45160 OLIVET

[esorime.centre@wanadoo.fr](mailto:esorime.centre@wanadoo.fr)