



# PROGRAMME DE BRASSARDS

## - INFORMATIONS GÉNÉRALES



*Document à l'usage des membres du  
Masque de Fer de Gatineau*

## **Introduction**

Ce document est un condensé issu du document de travail de la Fédération Canadienne d'Escrime. Il est complété par des choix pédagogiques de l'équipe d'éducateurs du club d'escrime du Masque de Fer dans un objectif de développement à long terme des athlètes.

Ce document est à l'intention des membres du Masque de Fer. Il est réalisé pour mieux comprendre la philosophie des brassards ainsi que le cheminement.

La Fédération Canadienne d'Escrime ainsi que le Masque de Fer reconnaissent les contributions des personnes suivantes, lesquelles ont participé à créer ce contexte pour l'escrime.

### **Auteurs principaux**

Ildemaro Sanchez – Responsable de la formation d'entraîneurs de la Fédération Canadienne d'Escrime.

### **Collaborateurs programme du brassard - FCE**

Ayach Bounachada, Jean Marie Banos, Dominique Teisseire, Benjamin Manano, Olivier Tyteca, Julien Camus, Ruperto Gascón, Iulian Badea.

Note : Dans le présent texte, la forme masculine a valeur de genre neutre et désigne aussi bien les hommes que les femmes.

## TABLE DE MATIERES

1. Généralités .....	4
2. Objectifs et progression des brassards .....	4
2.1 Orientation pédagogique .....	4
2.2 Effet de motivation et récompense en fonction des progrès personnels .....	4
2.3 Information de la progression pour les parents .....	4
2.4 Identification de progressions techniques et tactiques et du comportement compétitif .....	5
2.5 Type des brassards .....	5
2.6 La progression des brassards et les stades de développement des habiletés .....	6
3. Personnes autorisées à décerner les brassards .....	6
4. Rythme de passage des évaluations et coût proposé .....	6
5. Brassards – contenu technique par arme .....	7
5.1 Contenu technique au fleuret .....	7
5.2 Contenu technique à l'épée .....	8
5.3 Contenu technique au sabre .....	10
6. Conclusion .....	11

## 1. GENERALITES

Ce document d'informations générales vise à fournir l'information de base concernant l'importance et l'organisation de l'enseignement de l'escrime, à travers l'outil pédagogique des brassards.

L'utilisation de brassards comme outils d'apprentissage garantit une progression pédagogique bien structurée qui donne aux jeunes athlètes, à leurs parents, ainsi qu'aux éducateurs, des points de repère nettement établis pour identifier la progression des élèves dans leur cheminement.

Par son identification matérielle et visuelle, le brassard témoigne des progrès accomplis par les jeunes et identifie leurs réussites en dehors de situations de compétition.

Ce moyen favorise également l'acquisition des apprentissages au-delà du seul développement technique, tels que le développement des valeurs primordiales de ce sport, comme la maîtrise de soi, le fair-play, le respect, le partage, la confiance...

L'utilisation des brassards comme instruments pédagogiques assure l'unification des critères utilisés par les enseignants, ce qui garantit le développement d'une ligne de conduite fidèle à nos caractéristiques en tant que population, civile et sportive.

Ils constituent une stratégie pédagogique en progression permanente.

## 2. OBJECTIFS ET PROGRESSION DES BRASSARDS

Identification des objectifs fondamentaux des brassards et progression de développement.

### 2.1 ORIENTATION PEDAGOGIQUE

L'utilisation des brassards est un excellent outil pédagogique qui permet aux jeunes athlètes :

- D'identifier des points de repère dans leur progression. Le fait de pouvoir identifier la progression de développement de façon objective est un facteur très important dans l'apprentissage. La matérialisation de la réussite par un brassard est une garantie que l'apprentissage est acquis. Elle renforce et valorise de façon importante les acquis ainsi que la motivation de l'athlète.
- De concrétiser matériellement leur progression par le port du brassard. Il est important de savoir qu'on a réussi différents niveaux d'apprentissage, mais il est aussi très intéressant de le concrétiser matériellement. Le port du brassard réussi atteste cette progression de façon objective et visuelle.
- D'expérimenter des réussites en dehors des compétitions. Très souvent, la réussite d'un escrimeur est liée à son niveau de performance dans la compétition. Les brassards permettent aux escrimeurs d'expérimenter, au-delà de situations de compétitions, des réussites en fonction de différents types de progrès individuels : techniques, théoriques, d'attitude, d'arbitrage

### 2.2 EFFET DE MOTIVATION ET RECOMPENSE EN FONCTION DES PROGRES PERSONNELS

Les brassards offrent un effet de motivation dépassant les performances en compétition : les élèves peuvent être fiers de leurs progrès et de la reconnaissance de leurs efforts.

### 2.3 INFORMATION DE LA PROGRESSION POUR LES PARENTS

La réussite et l'obtention du diplôme de brassard permet aux parents d'identifier la progression individuelle de leurs enfants.

## 2.4 IDENTIFICATION DE PROGRESSIONS TECHNIQUES ET TACTIQUES ET DU COMPORTEMENT COMPETITIF

Même si nous avons signalé l'importance des brassards dans la valorisation des efforts individuels par rapport aux réussites compétitives, nous sommes conscients qu'il existe des membres plus motivés par la compétition, qui fournissent des efforts importants pour obtenir des performances dans ces situations. Les brassards peuvent également permettre d'identifier ce type de progression, ainsi que le développement technique et tactique. Le brassard est donc un outil qui permet à chaque membre du club de trouver satisfaction selon son / ses objectifs.

## 2.5 TYPE DES BRASSARDS

Les brassards évoluent en difficulté selon le développement de l'escrimeur : chaque couleur présente un degré de difficulté supérieur tant au point de vue technique que tactique. Il évolue également dans le comportement par rapport aux différentes situations qui peuvent se présenter pendant des entraînements, des compétitions, et la vie du club.

Le niveau de progression est en relation avec le programme de développement à long terme 3.0 (DLT) et en fonction de la progression de difficulté des éléments techniques et tactiques. Il est défini les différents stades de développement associés au différent stade de développement comme indiqué ci-après. Il est cependant important de noter, que les stades de développement étant propres à chacun, celui que nous avons utilisé est donné à titre d'exemple pour un développement d'un athlète s'initiant jeune à l'escrime.

- Brassard jaune - S'amuser grâce au sport
- Brassard orange - Apprendre à s'entraîner
- Brassard vert - S'entraîner à s'entraîner
- Brassard bleu - S'entraîner à s'entraîner
- Brassard rouge - S'entraîner à la compétition
- Brassard noir - S'entraîner à gagner – compétitif pour la vie.

Pour notre organisation des cours, nous avons choisi de suivre le programme des brassards au fleuret pour les groupes récréatifs. Les athlètes des cours pré-compétitif à élite suivront les brassards à l'épée.

De ce fait, le niveau de brassards devient un pré-requis pour accéder au groupe supérieur. Dans le tableau ci-après, est indiqué uniquement le niveau minimal des brassards à avoir par groupe. Il existe d'autres critères pour pouvoir rejoindre le groupe compétitif et élite. Ceux-ci pourront être discutés avec l'entraîneur en chef du Masque de Fer de Gatineau.

	<b>Groupe</b>	<b>Brassard</b>
Récréatif	Récréatif 1 – initiation	-
	Récréatif 2 – développement	Jaune fleuret / Sabre
compétitif	Précompétitif	Vert fleuret / Sabre
	Compétitif	Vert épée / Sabre
	Élite	Bleu épée / Sabre

Tout au long de la session, les athlètes auront diverses opportunités de compléter une fiche d'escrimeur. Cette fiche technique regroupe les réussites des éléments du brassard correspondant à leur niveau. Elle permet également de s'assurer de l'évolution de chaque athlète de manière continue et à son rythme. Elle pourra donc servir de référence dans le cas où un athlète n'atteint pas le critère dans la norme au moment de l'évaluation finale. Cependant, cette évaluation continue ne pourra pas constituer l'évaluation finale pour les brassards orange et suivants.

## 2.6 LA PROGRESSION DES BRASSARDS ET LES STADES DE DEVELOPPEMENT DES HABLETES

La progression de différents niveaux de brassards est en relation avec les stades de développement des habiletés, dans ce sens-là, il est important d'identifier pendant le processus d'apprentissage, quel est le stade de développement de chaque athlète pendant l'apprentissage de chaque brassard.

Il est important de noter que la durée et le volume d'entraînement requis à chaque stade dépendent de chaque athlète est différent.

### 3. PERSONNES AUTORISEES A DECERNER LES BRASSARDS

Pour s'assurer qu'ils ont acquis correctement les habiletés, les athlètes doivent les démontrer dans un contexte d'examen formel devant un entraîneur certifié par l'ACE et la FCE. L'évaluation peut être présentée pendant une séance d'entraînement.

Les brassards jaune, orange, vert et bleu peuvent être passés au sein du Masque de Fer de Gatineau. L'évaluation devra être présentée devant un des entraîneurs identifiés ci-après.

- Brassard jaune - Doit être évalué par Pascal Heidecker ou Maître Olivier Tyteca
- Brassard orange - Doit être évalué par Pascal Heidecker ou Maître Olivier Tyteca
- Brassard vert - Doit être évalué par Pascal Heidecker ou Maître Olivier Tyteca
- Brassard bleu - Doit être évalué par Maître Olivier Tyteca

Pour les brassards rouge et noir, l'évaluation devra être présentée devant un entraîneur certifié, désigné par l'association provinciale ou par la FCE, « niveau compétition développement » ou des entraîneurs certifiés « niveau haute performance ». Si l'athlète peut démontrer les habiletés dans cette situation, cela prouve qu'il a acquis les habiletés. C'est donc la Fédération d'Escrime du Québec qui désignera et organisera les sessions de passage pour ses brassards.

Dans le cas où le résultat attendu de réussite de l'athlète soit « inférieur à la norme » l'athlète ne doit pas être considéré en situation d'échec, le résultat de son évaluation doit représenter un niveau « en progression d'acquisition du brassard correspondante ». Dans ce cas-là, il lui sera accordé le niveau correspondant au « diplôme de pré-brassard » qui est un niveau précédant au niveau du brassard et de continuer la préparation pour la prochaine évaluation.

### 4. RYTHME DE PASSAGE DES EVALUATIONS ET COUT PROPOSE

Le rythme de passage indiqué ci-après est celui qui est défini pour le Masque de Fer de Gatineau. Il définit le rythme de passage dont il a la charge. Dans le cas où un athlète souhaite passer un brassard rouge ou noir, il devra en faire la demande à l'entraîneur chef, Maître Olivier Tyteca.

Brassard	Rythme de passage	Cout
Jaune	1 fois par session	15 \$
Orange	Décembre et Juin	15 \$
Vert	Juin	15 \$
Bleu	Juin	15 \$

## 5. BRASSARDS – CONTENU TECHNIQUE PAR ARME

Dans les pages suivantes, est décrit le contenu de chaque brassard pour les éléments à maîtriser à chaque niveau.

### 5.1 CONTENU TECHNIQUE AU FLEURET

Brassard	Déplacements et éléments techniques	Préparation et plan d'action tactique proposé	Arbitrage
<b>Jaune</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Marche, retraite, fente,</li> <li>- Combinaisons de déplacements du brassard jaune.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prise de l'arme, salut, garde,</li> <li>- Offensive simple (coup droit et dégagement),</li> <li>- Parade de quarte et sixte,</li> <li>- Riposte direct (coup droit) et indirect (dégagement).</li> <li>- Les engagements de quarte et sixte (ligne haute).</li> </ul>	<p><b>Préparation - Contenu tactique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Décider l'action à faire (offensive, défensive ou contre-offensive),</li> <li>- Décider la cible à toucher (connaître les lignes dessus, dessous, dedans et dehors)</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se reconnaître attaquant, défenseur.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier la surface valable,</li> <li>- Identifier les dimensions de la piste,</li> <li>- Identifier les règles de base de l'arbitrage par rapport à la piste (sortie au fond de la piste, sortie latérale),</li> <li>- Critères de base pour identifier qui a touché et qui est touché.</li> </ul>
<b>Orange</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Double marche avec changement du rythme,</li> <li>- Combinaison de déplacements du brassard jaune et orange avec changement de rythme,</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attaques composées,</li> <li>- Parades contre de sixte,</li> <li>- Contre ripostes.</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail des différentes feintes (feintes coup droit ou feintes de dégagement),</li> <li>- Travail des engagements pour attaquer.</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <p>Dans ce niveau, vérifier la coordination entre les actions de mains et les actions de jambes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les critères de base de l'arbitrage par rapports aux gestes de base,</li> <li>- Diriger des assauts en groupe et avec l'aide de l'entraîneur en tant qu'arbitre.</li> </ul>
<b>Vert</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demi-marche et demi-retraite,</li> <li>- Passe avant et passe arrière,</li> <li>- Travail du changement de direction,</li> <li>- Combinaisons de différents déplacements.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Battement de préparation,</li> <li>- Attaque par battement de quarte,</li> <li>- Parades en ligne basse (octave et septime),</li> <li>- Contre-attaque, retraite et parade riposte.</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Battements (offensifs, défensifs), positionnement de la pointe et la main (invitation).</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilisation de la préparation pour provoquer l'attaque adverse et défendre,</li> <li>- Utilisation des parades en fonction de l'attaque.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diriger un assaut en groupes avec un assesseur</li> <li>- Connaître et réaliser les gestes de l'arbitre,</li> <li>- Savoir tenir une feuille de poule.</li> </ul>

## 5.2 CONTENU TECHNIQUE A L'ÉPÉE

Brassard	Déplacements et éléments techniques	Préparation et plan d'action tactique proposé	Arbitrage
<b>Jaune</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Marche, retraite, fente, combinaisons de ses déplacements.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prise de l'arme, salut, garde,</li> <li>- Offensive simple par coup droit (directe) et dégagement (indirect),</li> <li>- Parade de quarte et de sixte,</li> <li>- Engagement de de quarte et de sixte.</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagements de sixte et de quarte,</li> <li>- Décider l'action à faire (offensive ou défensive) en fonction de la situation identifié,</li> <li>- Décider la cible à toucher,</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se reconnaître attaquant, défenseur.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier la surface valable,</li> <li>- Identifier les dimensions de la piste,</li> <li>- Identifier les règles de base de l'arbitrage par rapport à la piste (sortie au fond de la piste, sortie latérale),</li> <li>- Critères de base pour identifier qui a touché et qui est touché.</li> </ul>
<b>Orange</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Redoublement de fente, déplacements à rythmes variés.</li> <li>- Ensemble des déplacements du brassard jaune et orange avec variation de rythme.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'octave : engagement et parade,</li> <li>- Battement de quarte,</li> <li>- Offensive par remise et reprise,</li> <li>- Contre-offensive au corps.</li> </ul>	<p><b>Préparations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagements d'octave, battement de quarte,</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se reconnaître attaquant, défenseur,</li> <li>- Décider la distance et choisir l'action en fonction de la distance et la situation identifiée,</li> <li>- Actions offensives, défensives et contre-offensives faites à partir de préparations choisis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les critères de base de l'arbitrage,</li> <li>- Diriger des assauts en groupe avec l'aide de l'entraîneur,</li> <li>- Savoir installer une piste d'escrime avec le matériel électrique.</li> </ul>
<b>Vert</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- demi marche, demi-retraite,</li> <li>- Passe avant, passe arrière, flèche,</li> <li>- Combinaison des déplacements des brassards précédents avec variation de rythme.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prise de fer en situation offensive et défensive : l'opposition et le liement (de quarte – octave uniquement),</li> <li>- Attaque au fer par battement de quarte,</li> <li>- Parades circulaires (contre sixte)</li> <li>- Attaques composées au corps.</li> </ul>	<p><b>Préparations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement de quarte et de sixte en marchant.</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Des actions offensives, défensives et contre-offensives faites à partir des préparations.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diriger un assaut avec un assesseur</li> <li>- Savoir utiliser un appareil de signalisation</li> <li>- Connaître et appliquer les gestes de l'arbitre</li> <li>- Savoir tenir une feuille de poule.</li> </ul>

Brassard	Déplacements et éléments techniques	Préparation et plan d'action tactique proposé	Arbitrage
<b>Bleu</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bond sur place, bond avant et bond arrière,</li> <li>- Demi fente,</li> <li>- Combinaison des déplacements des brassards précédents avec variation de rythme.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attaques par battement d'octave ou de septime,</li> <li>- Dérobement,</li> <li>- Attaque simple sur la préparation,</li> <li>- Fleche (en situation offensive).</li> </ul>	<p><b>Préparations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bonds sur place, avant et arrière,</li> <li>- Des engagements en marchant,</li> <li>- Des battements de quarte et d'octave.</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer le comportement logique d'anticipation des actions offensives, défensives et contre-offensives</li> <li>- Choisi de faire la contre-attaque en situation de match.</li> <li>- Réalisation de la contre-attaque comme action défensive quand la parade serait inefficace.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participer à l'arbitrage de compétitions de club.</li> <li>- Connaître le tableau des fautes et sanction du règlement international</li> <li>- Connaître les principales règles de l'arbitrage à l'épée.</li> </ul>
<b>Rouge</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Balestra,</li> <li>- Combinaison des déplacements des brassards précédents avec variation de rythme,</li> <li>- Développement des déplacements en fonction du plan de match général.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attaque par battement de sixte,</li> <li>- Contre-attaque aux avancés,</li> <li>- Croisé offensif ou défensif,</li> <li>- Attaque ou contre-attaque en cavant.</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actions offensives, défensives et contre offensives à partir de la demi-fente,</li> <li>- Optimisation des préparations développées dans les brassards précédant.</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer le comportement logique d'anticipation des actions offensives, défensives et contre offensives,</li> <li>- Développer le comportement d'adaptation à la situation de combat,</li> <li>- Développement du plan de match général.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suivre la formation d'arbitres de la fédération provincial,</li> <li>- Participer à l'arbitrage de compétitions du club,</li> <li>- Arbitrer de compétitions régionales et provinciales.</li> </ul>
<b>Noir</b>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Combinaison des déplacements des brassards précédents avec variation de rythme,</li> <li>- Déplacement réalisé par deux sans armes,</li> <li>- Développement des déplacements en fonction du plan de match individuel,</li> <li>- Création de série individuelle de déplacements avec les contenus de brassards préalables.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Feintes de corps, Coup lancé à la main,</li> <li>- Parade en cédant, parade de seconde,</li> <li>- Actions de seconde intention, contre temps, contre arrêt</li> <li>- Enchaînement d'actions.</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perfectionnement des préparations développées dans les brassards précédant.</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Développer le comportement logique d'anticipation des actions offensives, défensives et contre offensives,</li> <li>- Développer le comportement d'adaptation à la situation de combat,</li> <li>- Développement du plan de match individuel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participer à l'arbitrage de compétitions de provinciales et éventuellement nationales,</li> <li>- Donner de formations d'arbitrage aux escrimeurs plus jeunes.</li> </ul>

### 5.3 CONTENU TECHNIQUE AU SABRE

Brassard	Déplacements et éléments techniques	Préparation et plan d'action tactique proposé	Arbitrage
Jaune	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Marche, double marche, retraite, fente</li> <li>- Combinaisons de base en fonction du contenu (critères de développement : la coordination et la vitesse, cette dernière étant en fonction du programme DLTA)</li> </ul> <p><b>Éléments techniques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prise de l'arme, salut, garde</li> <li>- Offensive simple directe (tête, flanc et ventre, avec le tranchant)</li> <li>- Défensive 1<sup>er</sup> système (4, 5, 3) et riposte (directe au ventre, à la tête et au flanc)</li> <li>- Défensive avec la distance ou avec du fer ((faire passer dans le vide / parade) et offensive immédiate (reprise d'attaque / riposte)</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <p>Contenu tactique :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Décider l'action à faire (offensive, défensive ou contre-offensive)</li> <li>- Décider la cible à toucher</li> <li>-</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Type de travail par décision (en fonction de soi)</li> <li>- Se reconnaître attaquant, défenseur</li> <li>- Développement de l'attaque et des défensives de base</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier la surface valable</li> <li>- Identifier les dimensions de la piste</li> <li>- Identifier les règles de base de l'arbitrage par rapport à la piste (sortie au fond de la piste, sortie latérale)</li> <li>- Critères de base pour identifier qui a touché et qui est touché</li> </ul>
Orange	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pas glissé et variantes</li> <li>- Enchaînements avec les marches et retraites. Changements de rythme, vitesse lente et vitesse rapide.</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attaque indirecte (ventre-flanc et flanc-ventre, avec le tranchant; niveaux initiation, acquisition)</li> <li>- Attaque au fer par battement de quarte</li> <li>- Contre-attaque à a cible avancé suivie de la parade</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation avec la pointe en garde de tierce</li> <li>- Actions de parti pris (première intention)</li> <li>- Défensive avec la pointe menaçant l'adversaire</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Décider les actions à faire en fonction de la position de l'adversaire</li> <li>- Identifier la distance et choisir l'action en fonction de la distance identifiée</li> <li>- Actions offensives, défensives et contre-offensives faites à partir des préparations signalées</li> <li>- Type de travail par décision (en fonction de soi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Critères de base pour identifier qui a touché et qui est touché</li> <li>- Identifier les critères de base de l'arbitrage</li> <li>- Diriger des assauts en groupe avec l'aide de l'entraîneur</li> </ul>

## CONTENU TECHNIQUE AU SABRE - SUITE

<p style="text-align: center; color: green;"><b>Vert</b></p>	<p><b>Déplacements</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demi-marche, demi-retraite,</li> <li>- Bond avant et bond arrière</li> <li>- Appel du pied (ou demi marche) et fente.</li> <li>- Marche appel du pied (ou demi marche) et fente.</li> <li>- Combinaisons de différents éléments</li> <li>- Révision de déplacements des brassards jaune et orange</li> </ul> <p><b>Éléments techniques</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Attaque en banderole</li> <li>- Attaque sur la préparation avec appel du pied fente (au milieu de piste) ou en marche et demi et fente.</li> <li>- Attaque composée avec 1 marche et fente (ventre-flanc et flanc-ventre)</li> </ul>	<p><b>Préparation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Au milieu de la piste, marche, bond, pas glissé et enchaînement avec l'action offensive, défensive ou contre-offensive</li> <li>- Actions de deuxième intention</li> <li>- Anticiper l'action à faire en fonction de l'adversaire (offensive, défensive ou contre-offensive)</li> <li>- Au milieu de la piste, demi-retraite et offensive; marche (ou marche et demie fente ) et défensive;</li> <li>- Les différents déplacements en enchaînement avec l'action offensive, défensive ou contre-offensive</li> </ul> <p><b>Plan d'action</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les actions à faire en fonction de la situation</li> <li>- Développer le comportement logique d'anticipation des actions</li> <li>- Actions offensives, défensives et contre-offensives faites à partir des préparations signalées</li> <li>- Préparation avec utilisation de la distance</li> <li>- Type de travail par anticipation en fonction de l'adversaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diriger un assaut en groupes de deux ou trois arbitres</li> <li>- Identifier les gestes de l'arbitre</li> <li>- Savoir tenir une feuille de poule</li> </ul>
--	--	--	---

## 6. CONCLUSION

Les brassards offrent à nos élèves, ainsi qu'à leurs parents, la possibilité de mettre en évidence les progrès accomplis au-delà de situations de compétition. Leurs contenus orientés vers diverses sphères de l'apprentissage (comportement, gestuelle et connaissances variées) dispensent un enseignement plus intégral et, par conséquent, orientent l'apprentissage de l'athlète plus en fonction de la formation que de la performance.