

Objectifs transversaux :

- Coopérer et s'opposer individuellement ;
- S'engager lucidement dans l'action

Objectifs spécifiques :

- Développer des actions motrices diverses : se déplacer, s'allonger, se fendre, s'équilibrer ;
- Entrer dans le combat et se positionner par rapport à l'adversaire ;
- Réagir selon les assauts de l'adversaire ;
- Connaître les principes de l'escrime : salut, règle d'or et ordres de combat ;
- Utiliser ses réflexes et son observation ;
- Etre rapide et efficace dans ses actions.

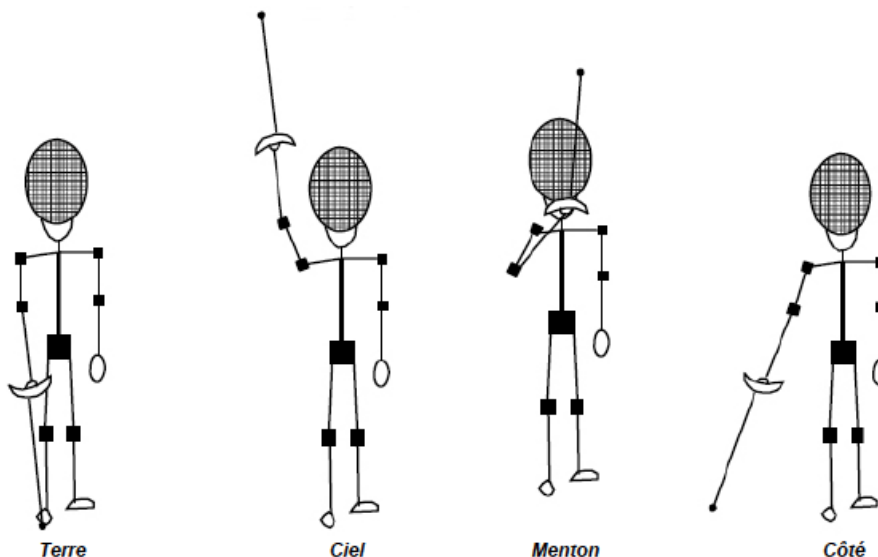
Les grands principes :

- Règle d'or :

Ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas se laisser faire mal.

- Le salut :

Il consiste en une succession de quatre gestes (terre, ciel, menton, côté)



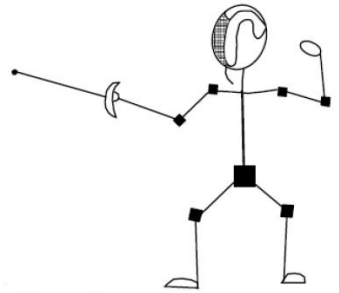
➤ *La garde :*

Pour les droitiers, le pied droit est devant et les pieds forment un angle droit.

La distance entre les 2 talons est sensiblement égale à la longueur d'un masque.

Les 2 jambes sont fléchies.

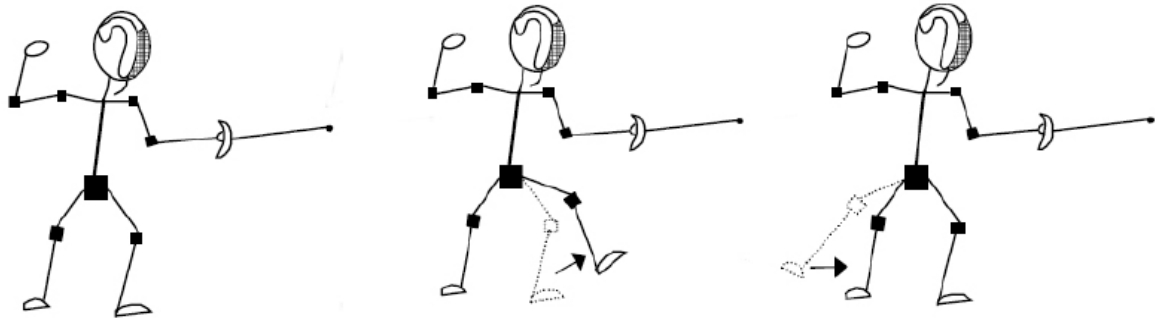
Le bras armé est fléchi et la pointe du fleuret en direction de l'adversaire.

➤ *La marche :*

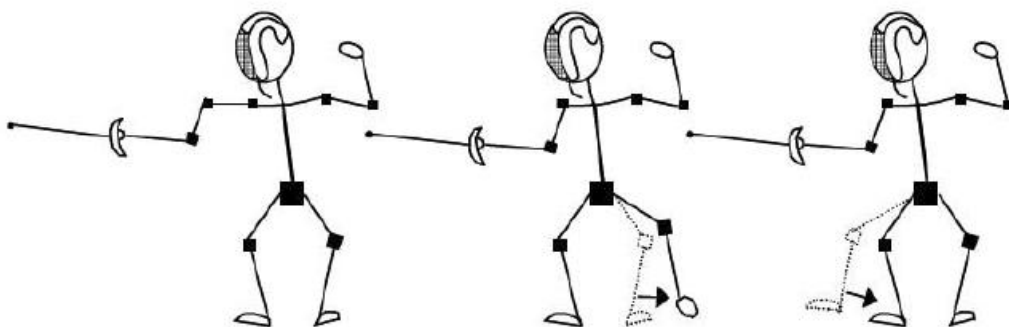
Le pied avant se déplace vers l'avant en rasant le sol avec le talon.

Le pied arrière est ramené vers l'avant en conservant l'espace entre les 2 pieds.

Les pieds ne se croisent jamais.

➤ *La retraite :*

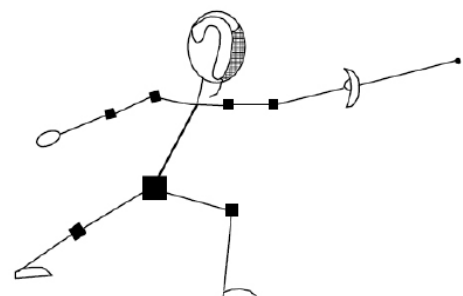
Le principe est le même que pour la marche mais en allant en marche arrière.

➤ *La fente :*

Le bras armé se tend. Le pied avant est projeté loin vers l'avant, le pied arrière reste fixe.

La jambe avant est pliée.

La jambe arrière est tendue pied à plat.



Séance 1

⌚ Durée : 45 minutes

I | Echauffement

Se déplacer : Découvrir les divers déplacements de l'escrime.

Déroulement :

- 1) Se déplacer librement dans le gymnase avec sa bouteille en poursuivant un adversaire imaginaire.
- 2) Le meneur donne des ordres : avant, arrière, fente qui correspondent aux déplacements d'escrime : marche, retraite, garde, fente. Montrer la bonne attitude.

II | Situation

Main contre bouteille : Comprendre l'intérêt de l'objet : allonger sa capacité d'attaque.

Déroulement :

- 1) Les élèves sont placés sur deux lignes face à face à chaque bout d'un tapis. Un tireur a une bouteille et l'autre est mains nues.
- 2) Faire un assaut et essayer de toucher le premier. A chaque touche, échanger les rôles.
- 3) Lorsqu'il y a touche, l'arbitre crie « Halte ! » et compte un point pour celui qui a touché.

III | Jeu

L'assaut libre : S'affronter en duel.

Déroulement :

- 1) Les élèves sont placés sur deux lignes face à face à chaque bout d'un tapis.
- 2) En se déplaçant sur le tapis, il faut toucher l'autre le premier avec le fond de la bouteille.
- 3) Lorsqu'il y a touche, l'arbitre crie « Halte ! » et compte un point pour celui qui a touché.

But du jeu :

- Suivre le meneur de jeu qui donne des ordres.

Durée :

- 5 minutes

Organisation :

- Un meneur (maitresse) et la classe.

Matériel :

- bouteilles

But du jeu :

- Etre le premier à toucher son adversaire (changer les rôles régulièrement)

Durée :

- Assauts de 2 minutes

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 4 élèves

But du jeu :

- Mettre trois touches à l'adversaire sur n'importe quelle partie du corps, hormis au dessus des épaules.

Durée :

- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 4 élèves



Séance 2

⌚ Durée : 45 minutes

I | Echauffement

Le masque musical : Travailler la position de garde, l'observation et les réflexes.

Déroulement :

- 1) Les élèves se déplacent en trottinant dans la salle.
- 2) Au signal, ils s'immobilisent devant un cerceau en position de garde.
- 3) Les élèves n'ayant pas de cerceau sont éliminés.

II | Situation

Sorciers-bouteilles : Travailler la fente, l'attaque et le maintien des appuis.

Déroulement :

- 1) 6 sorciers sont placés sur la ligne centrale du terrain, un pied dans un cerceau. Les autres joueurs se placent en ligne au bout de la salle.
- 2) Au signal, les joueurs avancent pour traverser le terrain.
- 3) Lors de la traversée, il ne faut pas se faire toucher par les sorciers qui doivent garder un pied fixe dans un cerceau et qui sont armés d'une bouteille. Les autres joueurs ne sont pas « armés ».

III | Jeu

L'assaut libre : S'affronter en duel.

Déroulement :

- 1) Les élèves sont placés sur deux lignes face à face à chaque bout d'un tapis.
- 2) En se déplaçant sur le tapis, il faut toucher l'autre le premier avec le fond de la bouteille.
- 3) Lorsqu'il y a touche, l'arbitre crie « Halte ! » et compte un point pour celui qui a touché.

But du jeu :

- Au signal, se placer devant un cerceau placé au sol.

Durée :

- De 5 à 7 minutes.

Organisation :

- 3 cerceaux de moins que le nombre de joueurs
- Un meneur de jeu

Matériel :

- Cerceaux

But du jeu :

- Ne pas se faire toucher en traversant le terrain.

Durée :

- De 5 à 7 minutes.

Organisation :

- Un groupe de 6 sorciers.
- Le reste des joueurs

Matériel :

- Bouteilles
- Cerceaux

But du jeu :

- Mettre trois touches à l'adversaire sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 4 élèves
- Dossards



Séance 3 ⌚ Durée : 45 minutes

I | **Echauffement**

1, 2, 3 soleil : Travailler la garde, l'observation, le réflexe, l'anticipation et le maintien des appuis.

Déroulement :

- 1) Le meneur se place contre un mur et les joueurs se placent en ligne à l'autre bout de la salle.
- 2) Au signal, les joueurs se déplacent (en marche d'escrime) vers le meneur.
- 3) Lorsque le meneur se tourne, les joueurs s'immobilisent en position de garde. Lorsque le joueur parvient à toucher le mur, il doit être en position de fente.

II | **Situation**

Sorciers-bouteilles : Travailler la fente, l'attaque et le maintien des appuis.

Déroulement :

- 1) 6 sorciers sont placés sur la ligne centrale du terrain, un pied dans un cerceau. Les autres joueurs se placent en ligne au bout de la salle.
- 2) Au signal, les joueurs avancent pour traverser le terrain.
- 3) Lors de la traversée, il ne faut pas se faire toucher par les sorciers qui doivent garder un pied fixe dans un cerceau et qui sont armés d'une bouteille. Les autres joueurs ne sont pas « armés ».

III | **Jeu**

L'assaut libre : S'affronter en duel.

Déroulement :

- 1) Les élèves sont placés sur deux lignes face à face à chaque bout d'un tapis.
- 2) En se déplaçant sur le tapis, il faut toucher l'autre le premier avec le fond de la bouteille.
- 3) Lorsqu'il y a touche, l'arbitre crie « Halte ! » et compte un point pour celui qui a touché.

But du jeu :

- S'immobiliser au signal pour ne pas être éliminé.

Durée :

- De 5 à 7 minutes.

Organisation :

- Un meneur
- Le reste des joueurs

Matériel :

- Bouteilles

But du jeu :

- Ne pas se faire toucher en traversant le terrain.

Durée :

- De 5 à 7 minutes.

Organisation :

- Un groupe de 6 sorciers.
- Le reste des joueurs

Matériel :

- Bouteilles
- Cerceaux

But du jeu :

- Mettre trois touches à l'adversaire sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 4 élèves



Séance 4

⌚ Durée : 45 minutes

1 | **Echauffement**

Le béret : Travailler la course rapide, le déplacement, la fente, l'observation et les réflexes.

Déroulement :

1) A l'appel de leur numéro, les joueurs vont vers le foulard en marche d'escrime, se baissent et le rapportent dans leur camp en courant en retraite (course d'escrime en marche arrière) sans se faire toucher.

2) Le joueur qui touche marque un point.

3) Celui qui rapporte le foulard dans son camp marque un point.

2 | **Situation****Se fendre**

Déroulement :

1) Les élèves sont placés sur deux lignes face à face) chaque bout d'un tapis.

2) A et B sont placés face à face en position de garde, le bras tendu.

3) A touche la main de B, lorsque B fléchit son bras.

4) A vient toucher la main de B en se fendant et en ayant conservé le pied arrière fixe au sol. Changer les rôles.

3 | **Jeu****Escrime bouteille en relais**

Déroulement :

1) Deux élèves s'opposent, derrière chacun d'eux, d'autres élèves se tiennent prêt à prendre le relai.

2) Le vainqueur reste en place et le vaincu passe le relai au suivant. Et ainsi de suite.

3) Roulement avec les arbitres qui deviennent tireur.

But du jeu :

- Ramener le foulard, ne pas se faire toucher et retourner le plus vite dans son camp.

Durée :

- De 5 à 7 minutes.

Organisation :

- Deux équipes face à face
- Un foulard au centre
- Un numéro pour chaque joueur

Matériel :

- Foulard et plots

But du jeu :

- Toucher l'adversaire avec la main en se fendant.

Durée :

- De 5 à 6 minutes.

Organisation :

- Groupe de 4 élèves ; 2 adversaires à la fois.

Matériel :

- 2 tapis pour 4 élèves

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

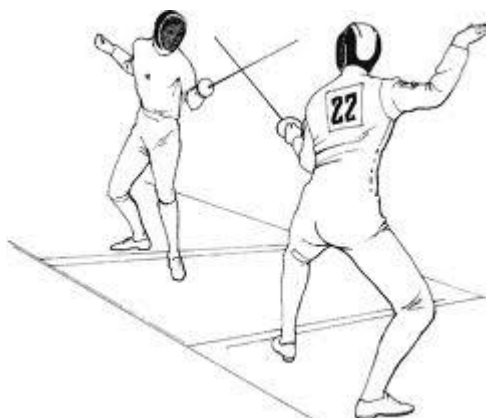
- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 8 élèves, 6 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 8 élèves
- Dossards



Séance 5

⌚ Durée : 45 minutes

I | Echauffement**La queue du renard** : Préparer à la fente, travail du jeu de jambe.

Déroulement :

- 1) Les diables doivent toucher les chasseurs, chaque touche étant éliminatoire.
- 2) Les chasseurs doivent, avec le pied, bloquer la corde de façon à l'arracher.

II | Situation**Le ludo-escrime (sans bouteille)**

Déroulement :

- 1) Le terrain est divisé en 2 parties égales avec un plot (qui symbolise le château) dans chacune.
- 2) Des équipes de 3 tireurs sont les uns derrière les autres, avec 3 arbitres pour 2 équipes, chaque tireur ayant 2 vies.
- 3) Avec la main, le tireur touche le buste de l'adversaire. Chacun ayant 2 vies, après avoir été touché deux fois, le tireur est éliminé du jeu et sort du terrain.
- 4) Le match s'arrête quand une équipe a éliminé ses 3 adversaires et occupe les 2 châteaux. Si ce n'est pas le cas à la fin du temps réglementaire, l'équipe gagnante est celle qui a le plus de tireurs.

III | Jeu**Escrime bouteille en relais**

Déroulement :

- 1) Deux élèves s'opposent, derrière chacun d'eux, d'autres élèves se tiennent prêt à prendre le relai.
- 2) Le vainqueur reste en place et le vaincu passe le relai au suivant. Et ainsi de suite.
- 3) Roulement avec les arbitres qui deviennent tireur.

But du jeu :

- Arracher la queue du renard.

Durée :

- 5 minutes.

Organisation :

- 3 diables avec une corde
- Les chasseurs

Matériel :

- 3 petites cordes

But du jeu :

- S'emparer du château adverse.

Durée :

- 3 minutes.

Organisation :

- Terrain divisé en 2
- Groupe de 9 élèves

Matériel :

- 2 tapis pour 9 élèves
- Plots

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

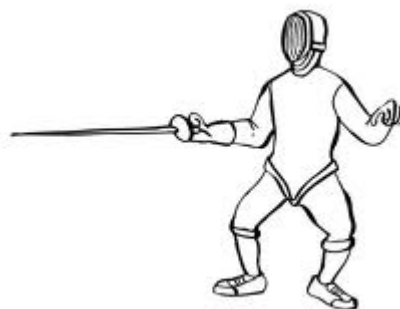
- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 8 élèves, 6 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 2 tapis pour 8 élèves
- Dossards



Séance 6

⌚ Durée : 45 minutes

I | Echauffement

Le béret (variante) : Travailler la course rapide, les déplacements, la fente, l'observation et les réflexes.

Déroulement :

- 1) Les deux équipes de joueurs sont placées face à face ; chaque joueur porte un numéro.
- 2) A l'appel de leur numéro, les joueurs vont vers la bouteille en courant. Le premier qui l'attrape attaque l'adversaire qui n'a le droit de retourner dans son camp qu'en retraite (marche arrière d'escrime).
- 3) Le joueur qui touche marque un point, sinon c'est l'autre qui marque le point.

II | Situation**Le ludo-escrime**

Déroulement :

- 1) Le terrain est divisé en 2 parties égales avec un plot (qui symbolise le château) dans chacune.
- 2) Des équipes de 3 tireurs sont les uns derrière les autres, avec 3 arbitres pour 2 équipes, chaque tireur ayant 2 vies.
- 3) Avec la bouteille, le tireur touche le buste de l'adversaire. Chacun ayant 2 vies, après avoir été touché deux fois, le tireur est éliminé du jeu et sort du terrain.
- 4) Le match s'arrête quand une équipe a éliminé ses 3 adversaires et occupe les 2 châteaux. Si ce n'est pas le cas à la fin du temps réglementaire, l'équipe gagnante est celle qui a le plus de tireurs.

III | Jeu**Assaut en montante descendante (Remplir une feuille de résultat)**

Déroulement :

- 1) Deux élèves s'opposent et deux autres arbitres.
- 2) Le vainqueur passe sur le tapis suivant et le vaincu redescend sur le tapis précédent.
 - ➔ Remplir la feuille de résultat.
- 3) Les tireurs qui ont combattu deviennent arbitres.

But du jeu :

- Ramener la bouteille sans se faire toucher et retourner au plus vite dans son camp.

Durée :

- 5 à 7 minutes.

Organisation :

- 1 bouteille placée au centre
- Deux équipes face à face

Matériel :

- 1 petite bouteille
- Plots

But du jeu :

- S'emparer du château adverse.

Durée :

- 3 minutes.

Organisation :

- Terrain divisé en 2
- Groupe de 9 élèves

Matériel :

- 2 tapis pour 9 élèves
- Plots

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 1 tapis pour 4 élèves
- Dossards
- Feuille de résultat
- Chiffres pour numéroter les tapis

Séance 7 ⌚ Durée : 45 minutes

I | **Echauffement**

Jacques a dit : Travailler les différentes positions d'escrimeur

Déroulement :

- 1) Le meneur se place face aux joueurs et les joueurs se placent en ligne à l'autre bout de la salle.
- 2) Au signal, les joueurs prennent la position demandée par Jacques (: Jacques a dit : « En position de fente ! » - Jacques a dit : « Marchez ! » - Jacques a dit : « Retraite ! » etc...)
- 3) Lorsque le joueur se trompe de position, il est éliminé.

II | **Situation**

Attaquer la tour : Apprendre à se fendre, esquiver et parer.

Déroulement :

- 1) Par tapis, la tour (élève 1) est debout dans un cerceau et l'attaquant (élève 2) est debout dans un autre cerceau à 1,5m environ.
- 2) L'attaquant se fend et essaie de toucher la tour qui l'esquive avec le corps.
- 3) au bout de 3 touches, la tour est prise et on change de rôle.

III | **Jeu**

Assaut en montante descendante (Remplir une feuille de résultat)

Déroulement :

- 1) Deux élèves s'opposent et deux autres arbitres.
- 2) Le vainqueur passe sur le tapis suivant et le vaincu redescend sur le tapis précédent.
 - ➔ Remplir la feuille de résultat.
- 3) Les tireurs qui ont combattu deviennent arbitres.

But du jeu :

- S'immobiliser au signal pour ne pas être éliminé

Durée :

- 5 à 7 minutes.

Organisation :

- 1 meneur et le reste de la classe

Matériel :

- Bouteilles

But du jeu :

- Toucher la tour en se fendant.

Durée :

- 5 à 6 minutes.

Organisation :

- Groupes de 2 élèves

Matériel :

- 1 bouteille par attaquant
- 2 cerceaux et 1 tapis par binôme

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

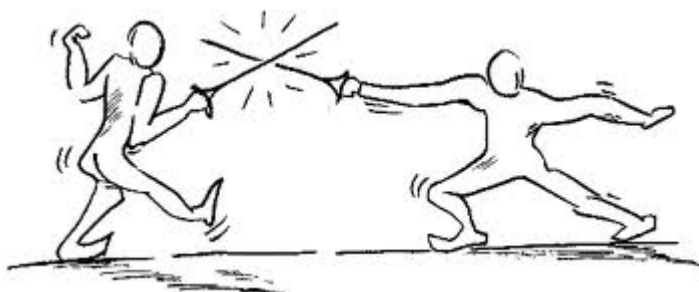
- De 5 à 10 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves, 2 tireurs et 2 arbitres.

Matériel :

- Bouteilles
- 1 tapis pour 4 élèves
- Dossards
- Feuille de résultat
- Chiffres pour numéroter les tapis



Séance 8

⌚ Durée : 45 minutes

I | Echauffement

Le masque musical : Travailler la position de garde, l'observation et les réflexes.

Déroulement :

- 1) Les élèves se déplacent en trottinant dans la salle. Au signal, ils s'immobilisent devant un cerceau en position de garde.
- 2) Les élèves n'ayant pas de cerceau sont éliminés.

II | Situation

Le compteur-touche

Déroulement :

- 1) Dans chaque équipe, tous les tireurs peuvent attaquer et se défendre.
- 2) Pour marquer des points, chaque tireur touche indifféremment l'un ou l'autre tireur du camp adverse. Chaque tireur a donc 2 adversaires à sa portée.
- 3) Le tireur qui veut attaquer ne peut mettre qu'un seul pied dans le camp adverse.

III | Jeu

Tournoi en poules (Remplir une feuille de résultat)

Déroulement :

- 1) Deux élèves s'opposent et deux autres arbitres.
- 2) Tous les tireurs de la poule se rencontrent dans l'ordre noté sur la feuille de poule.
- 3) Au bout de 2 minutes, on note le résultat du match.
 - ➔ Remplir la feuille de résultat.

But du jeu :

- Au signal, se placer devant un cerceau au sol

Durée :

- 5 à 7 minutes.

Organisation :

- Un meneur de jeu

Matériel :

- 3 cerceaux de moins que le nombre de joueurs

But du jeu :

- Gagner un maximum de points en un temps déterminé

Durée :

- 2 minutes.

Organisation :

- 2 équipes de 2 tireurs et 2 arbitres
- Terrain de 4x4 divisé en 2

Matériel :

- Bouteille et plots

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

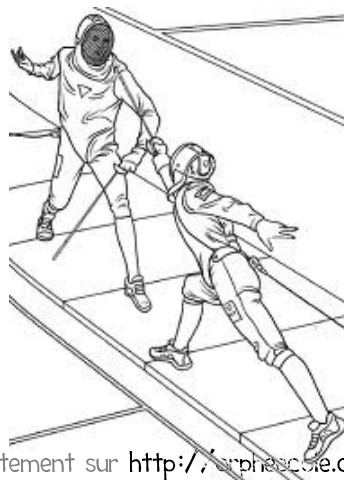
- Matches de 2 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves de niveau équivalent

Matériel :

- Bouteilles
- 1 tapis pour 4 élèves
- Dossards
- Feuille de résultat



Séance 9

⌚ Durée : 45 minutes

I | **Echauffement****Le jeu des statues**

Déroulement :

- 1) Les tireurs se déplacent librement dans un espace délimité par des plots.
- 2) Au signal du meneur de jeu, chacun se fige en position de garde.
 - **Variante 1** : Réduire l'espace
 - **Variante 2** : Placer les élèves dans des couleurs

II | **Situation****Contre le mur : Attaquer et parer**

Déroulement :

- 1) L'un des tireurs a le pied gauche collé au mur ; l'autre est à distance d'une fente. On indique ce repère par une marque au sol.
- 2) Les 2 tireurs ont le droit d'attaquer et de parer. Seul celui qui n'est pas contre le mur a le droit de bouger les 2 pieds (: faire « marche - fente »).
- 3) Au bout de 3 touches, on change de rôle.

III | **Jeu****Tournoi en poules** (Remplir une feuille de résultat)

Déroulement :

- 1) Deux élèves s'opposent et deux autres arbitres.
- 2) Tous les tireurs de la poule se rencontrent dans l'ordre noté sur la feuille de poule.
- 3) Au bout de 2 minutes, on note le résultat du match.
 - Remplir la feuille de résultat.

But du jeu :

- Prendre correctement et rapidement la position de garde.

Durée :

- 2 à 3 minutes.

Organisation :

- Groupe dispersé dans un espace délimité

Matériel :

- Plots

But du jeu :

- Toucher l'adversaire en se fendant

Durée :

- 5 à 6 minutes.

Organisation :

- Groupes de 2 élèves

Matériel :

- Bouteilles
- Marques au sol

But du jeu :

- Mettre une touche à l'adversaire, sur le plastron symbolisé par un dossard.

Durée :

- Matches de 2 minutes.

Organisation :

- Groupes de 4 élèves de niveau équivalent

Matériel :

- Bouteilles
- 1 tapis pour 4 élèves
- Dossards
- Feuille de résultat

Séance 10

⌚ Durée : 45 minutes

I | **Tournoi interclasse.**