



Fédération canadienne d'escrime

Programme des brassards

Table des matières

| | |
|----------------------------------|-----|
| INTRODUCTION..... | 3 |
| DÉVELOPPEMENT DES HABILITÉS..... | 4-6 |
| PROGRAMME DES BRASSARDS | 7 |
| PROCÉDURE D'ÉVALUATION..... | 8-9 |
| APPENDICE A - FLEURET | |
| APPENDICE B - EPEE | |
| APPENDICE C - SABRE | |

INTRODUCTION

Le programme des brassards de la Fédération canadienne d'escrime vise à guider l'enseignement de l'escrime afin de développer des escrimeurs complets. Les escrimeurs complets sont ceux qui ont de bonnes connaissances techniques et de bonnes habiletés d'observation, qui leur donnent la capacité de s'adapter et de mieux comprendre tous les aspects de l'escrime.

Ce programme des brassards, qui cadre avec le modèle d'éducation et de formation axé sur les compétences du PNCE, est divisé en fonction des stades de développement des habiletés, et repose sur des facteurs de performance spécifiques à l'escrime. Il donne aux entraîneurs une fondation solide grâce à laquelle ils peuvent former des escrimeurs équilibrés et complets.

Le présent document aborde les divers stades du développement des habiletés, et les harmonise avec les facteurs de performance spécifiques à l'escrime. Il souligne aussi les exigences à chaque stade du programme et les procédures nécessaires d'examen.

DÉVELOPPEMENT DES HABILITÉS

Stades du développement des habiletés

Pour mettre en oeuvre correctement le programme des brassards, il est essentiel de bien comprendre le développement des habiletés. L'escrime est un sport d'habiletés ouvertes. Les habiletés ouvertes sont des mouvements exécutés dans un contexte imprévisible. Malgré l'imprévisibilité de l'escrime, au fur et à mesure que les athlètes apprennent de nouvelles habiletés, ils progressent à travers une série de stades prévisibles. Il est important de noter que la durée et le volume d'entraînement requis à chaque stade dépendent de chaque athlète.

Le programme des brassards de la Fédération canadienne d'escrime est articulé en fonction des cinq stades du développement des habiletés, qui sont les suivants, dans l'ordre : Initiation, Acquisition, Consolidation, Affinage et Variations créatives. Le tableau ci-dessus a été adapté d'un document de l'Association canadienne des entraîneurs datant de 2003. Il décrit les stades principaux du développement des habiletés et les besoins des athlètes à chacun de ces stades.

Stades du développement des habiletés et besoins des athlètes à chaque stade

| | Stades du développement des habiletés | Points essentiels à considérer pour reconnaître le stade de l'athlète | À ce stade, les athlètes doivent... |
|-----------------|---------------------------------------|---|---|
| DÉBUTANT | Initiation | <ul style="list-style-type: none"> · premier contact avec l'habileté · il se peut que l'athlète n'ait aucune idée de quoi faire pour exécuter l'habileté | <ul style="list-style-type: none"> · avoir une image mentale claire de ce à quoi ressemble une exécution correcte · comprendre les positions de base, comment se placer, et les patrons de base du sport ou de l'habileté · se sentir en sécurité quand il exécute l'habileté |
| | Acquisition | <ul style="list-style-type: none"> · premiers stades de l'apprentissage · coordonner les composantes clés du mouvement, et les exécuter dans le bon ordre · exécuter à peu près l'habileté dans son ensemble · les mouvements ne sont pas encore bien synchronisés ou contrôlés · l'athlète manque de rythme, de coulé et de précision · l'exécution est inconsistante et demande de la réflexion · la forme et l'exécution se détériorent quand on augmente la vitesse ou la pression | <ul style="list-style-type: none"> · comprendre clairement ce qu'ils doivent faire · avoir une bonne représentation mentale de la tâche à effectuer · exécuter de nombreuses répétitions à leur propre rythme, dans des conditions stables, faciles et sécuritaires · trouver des solutions par essais et erreurs, en tenant compte de la rétroaction de l'entraîneur |

| | | | |
|---------------------|-----------------------------|---|--|
| INTERMEDIATE | Consolidation | <ul style="list-style-type: none"> · exécuter l'habileté sous la forme correcte · le contrôle du mouvement, la synchronisation, et le rythme sont bons quand l'habileté est exécutée dans des conditions faciles et stables · l'athlète peut exécuter l'habileté à répétition avec constance et précision dans des conditions stables · il peut maintenir certains éléments sous pression, dans des conditions changeantes ou avec des exigences plus grandes · l'exécution globale est inconstante · l'athlète commence à acquérir un style personnel | <ul style="list-style-type: none"> · être exposés à diverses situations · exécuter de nombreuses répétitions dans des conditions variées · être mis au défi par des tâches ou conditions plus complexes et plus exigeantes · trouver d'avantage de solutions par essais et erreurs, avec de la rétroaction moins fréquente · s'exercer aux habiletés dans des conditions de fatigue ou simulant les exigences de la compétition · faire face aux conséquences de leurs erreurs |
| AVANCÉ | Affinage | <ul style="list-style-type: none"> · exécuter les mouvements à la vitesse et selon la forme idéales · avoir une exécution constante · avoir beaucoup de précision, même dans des conditions exigeantes, complexes et variées · seul un petit affinage est nécessaire pour obtenir une exécution optimale · l'athlète a acquis un style très personnel · les composantes du mouvement sont automatisées, si bien que l'athlète peut se concentrer davantage sur le contexte et les changements rapides · l'athlète fait une réflexion critique sur sa performance | <ul style="list-style-type: none"> · être exposés à des conditions exigeantes et complexes de compétition exigeant une exécution de l'habileté de haut niveau · être entraînés à trouver par eux-mêmes des solutions aux problèmes |
| | Variations créatives | <ul style="list-style-type: none"> · seuls les meilleurs athlètes du monde y parviennent · les mouvements sont exécutés selon le modèle idéal · le style personnel de l'athlète est efficace · interprétation personnelle des capacités · création de patrons uniques en réaction à des situations de compétition | <ul style="list-style-type: none"> · être exposés à des conditions exigeantes et complexes de compétition exigeant une exécution parfaite de l'habileté · trouver leurs propres solutions aux problèmes |

ACE 2003

En ce qui concerne le stade «avancé» indiqué ci-dessus, il faut remarquer que «cela peut prendre des mois ou même des années d'entraînement à un athlète pour qu'il atteigne le stade 'affinage' [et] la grande majorité des athlètes n'atteindront jamais le stade de "variation créative" Par conséquent, on doit s'assurer que les habiletés fondamentales sont correctes et que l'athlète peut les exécuter dans diverses situations et conditions.» (ACE, 2003)

Lignes directrices de planification des activités

Au fur et à mesure que les athlète progressent dans les stades de développement, les conditions d'entraînement doivent être adaptées afin de les exposer à des situations et conditions appropriées qui répondent à leurs besoins et favorisent leur réussite sportive. Il est important d'assurer que les buts et objectifs de l'athlète sont adaptés à ses besoins, et que les conditions dans lesquelles il exécute ces activités cadrent avec ses capacités. L'entraîneur doit décider, en faisant preuve de créativité, des conditions exactes dans lesquelles seront exécutées ces activités, en fonction de sa compréhension et de son interprétation du stade de développement des habiletés de l'athlète.

Alors que le tableau ci-dessus «Stades du développement des habiletés et besoins des athlètes à chaque stade» traduit ce besoin de conditions changeantes, les «Lignes directrices de planification des activités» détaillent davantage ces conditions et relient chaque condition spécifique à un stade du développement des habiletés. Ce tableau fournit donc aux entraîneurs des lignes directrices leur permettant de planifier les activités en s'assurant qu'elles correspondent aux besoins de leur athlète à son stade de développement.

Lignes directrices de planification des activités à divers stades de développement

| Conditions de pratique recommandées | Stades de développement des habiletés | | | | |
|--|---|---|---|--|---|
| | Initiation <i>Premier contact</i> | Acquisition <i>Patron de mouvement</i> | Consolidation <i>Exécution correcte dans des conditions variables</i> | Affinage <i>Légères améliorations</i> | Variations créatives <i>Invention de nouveaux mouvements</i> |
| Contexte | Stable et prévisible, sans distractions | Stable et prévisible, sans distractions | Plus varié et avec distractions, mais pas au point où les patrons de mouvement se détériorent | Conditions de compétition | Conditions similaires à celles du plus haut niveau de compétition |
| Prise de décisions, ou situation incertaine | Pas de prise de décisions ou d'option à choisir | Prise de décisions simple, max. 2 options | Décisions plus complexes, prise de décisions plus fréquente et davantage d'options (3-4) | Décisions complexes avec autant d'options et à la même fréquence qu'en compétition | Conditions similaires à celles du plus haut niveau de compétition |
| Vitesse | Lente et | Au rythme de | Plus variable, et | Conditions | Conditions |

| | | | | | |
|---|---|--|--|---|---|
| d'exécution | contrôlée | l'athlète | proche des exigences de la compétition | similaires à celles de compétition | similaires à celles du plus haut niveau de compétition |
| Importance de la précision et de la constance | Pas importantes, mais doit démontrer une certaine capacité | Moyennement importantes | On recherche la précision et la constance | On recherche un haut degré de précision et de constance | On recherche tout le temps la perfection |
| # de répétitions, ou d'occasions d'exécuter les mouvements | En fonction des besoins, dépendamment du développement moteur général de l'athlète | Élevé | Élevé | Le plus possible | Le plus possible |
| Facteur de risque et conséquences des erreurs | Conditions entièrement sécuritaires, pas de conséquences après les erreurs | Conditions à faible risque | Moins que, ou semblable à ce qu'on rencontre normalement en compétition | Semblable à ce qu'on rencontre en compétition de haut niveau | Conditions similaires à celles du plus haut niveau de compétition |
| Pendant l'entraînement, on doit mettre l'accent sur ... | Le placement et les positions de base; avoir une idée de ce à quoi ressemblent les mouvements | Exécution globale et forme générale du mouvement | Maintenir la forme des mouvements et avoir une certaine constance dans leur exécution dans diverses conditions et sous la pression | Créer des conditions qui mettent l'accent sur les éléments qui ont besoin d'ajustements | Créer des situations nouvelles et non habituelles |

CAC 2003

PROGRAMME DES BRASSARDS

Le programme des brassards de la Fédération canadienne d'escrime est conçu pour cadrer avec les stades du développement des habiletés et les lignes directrices de planification des activités. Au fur et à mesure que l'athlète progresse dans les stades de développement des habiletés, ses capacités correspondent directement aux niveaux d'instruction du programme des brassards. Ces niveaux, appelés «brassards» sont représentés par des couleurs, à savoir : jaune, orange, vert, bleu, rouge et noir. On les obtient dans cet ordre, en faisant preuve de la capacité d'exécuter les habiletés.

Pour obtenir un brassard de couleur, l'athlète doit démontrer qu'il est capable d'exécuter les habiletés requises au stade de développement des habiletés approprié, dans les conditions recommandées. Ces habiletés requises sont scindées en facteurs de performance spécifiques à l'escrime. Ces facteurs comprennent : les déplacements, et les éléments techniques, les préparations et le plan d'action tactique proposé, arbitrage et entraînement. Au fur et à mesure qu'ils progressent de niveau de

brassard, leurs capacités d'exécution des habiletés du niveau précédent doivent progresser, et ils doivent être capables de les exécuter au prochain stade de développement des habiletés.

Par exemple, pour obtenir le brassard jaune, les athlètes doivent démontrer qu'ils sont capables d'exécuter tous les facteurs de performance des habiletés spécifiques au stade d'Acquisition de développement des habiletés. Pour progresser et réussir le brassard orange, l'athlète doit démontrer qu'il peut exécuter les habiletés du brassard jaune au niveau Consolidation, ainsi que les habiletés du brassard orange au stade Acquisition. Ce patron se répète quand on progresse dans les niveaux de brassards, et dans les stades de développement des habiletés. Le tableau ci-dessous explique cette relation.

Relation entre les niveaux de brassards et les stades de développement des habiletés

| Stade de développement des habiletés | Niveaux de brassards | | | | | |
|--------------------------------------|----------------------|--------|--------|--------|------------------|----------------------------|
| | JAUNE | ORANGE | VERT | BLEU | ROUGE | NOIR |
| INITIATION | X | X | X | X | X | X |
| ACQUISITION | Jaune | Orange | Vert | Bleu | Rouge | Noir |
| CONSOLIDATION | X | Jaune | Orange | Vert | Bleu | Rouge |
| AFFINAGE | X | X | Jaune | Orange | Vert | Bleu |
| VARIATIONS CRÉATIVES | X | X | X | Jaune | Orange/ Jaune | Vert / Orange/ Jaune |

Les Appendices A, B et C expliquent quelles sont les exigences minimales d'habiletés pour chaque facteur de performance, pour chaque brassard, et spécifiques à chaque arme : fleuret, épée et sabre

PROCÉDURE D'ÉVALUATION

Pour assurer qu'ils ont acquis correctement les habiletés, les athlètes doivent démontrer ces habiletés autant dans le déroulement normal d'un entraînement de club que dans un contexte d'examen formel. Ces deux contextes permettent une exécution à la fois dans l'environnement confortable et non menaçant d'un club, et dans un contexte d'examen où il y a plus de pression. Si l'athlète peut démontrer les habiletés dans ces deux situations, cela prouve qu'il a complètement acquis ces habiletés. Par conséquent, on tient compte de la performance de l'athlète dans ces deux contextes pour évaluer le développement des habiletés à chaque niveau de brassard.

La procédure formelle d'évaluation varie en fonction de niveaux, car le degré de compréhension et de développement des habiletés augmente.

Jaune et Orange

À ces niveaux, l'entraîneur du club, ou idéalement un autre entraîneur qui n'entraîne pas directement l'athlète, pouvant provenir du même club ou d'un autre club, est responsable de faire passer les examens. Chacune des habiletés, dans les cinq facteurs de performance, est testée et notée selon le barème suivant : Acquise (3), En cours d'acquisition (2) ou bien Pas acquise (1). Pour réussir l'évaluation, l'athlète doit obtenir au moins deux notes Acquises (3), et aucune note Pas acquise (1).

Les évaluateurs doivent avoir au moins la certification Instruction - Débutants du PNCE ou l'équivalent.

Vert et Bleu

En ce qui concerne les brassards vert et bleu, la procédure d'évaluation doit se passer au niveau provincial. Les évaluateurs peuvent comprendre l'entraîneur du club, et au moins un autre entraîneur qui n'entraîne pas directement l'athlète. Ce dernier doit provenir d'un autre club. On utilise la même échelle que pour l'évaluation des brassards jaune et orange, mais chacun des deux évaluateurs effectue sa propre évaluation. La note finale d'évaluation finale est la moyenne des deux notes d'évaluation. L'entraîneur du club doit présenter les notes d'évaluation dans le contexte du club au deuxième entraîneur évaluateur de l'examen.

Les évaluateurs doivent avoir au moins la certification Introduction à la compétition du PNCE ou l'équivalent.

Rouge et Noir

Les deux derniers niveaux seront évalués à l'occasion de stages d'entraînement régionaux organisés par la Fédération canadienne d'escrime. Le jury d'examen se composera de trois entraîneurs, dont un doit être l'entraîneur en chef du stage à l'arme concernée par l'évaluation. L'entraîneur personnel de l'athlète peut être présent à l'examen, mais il ne peut pas participer au processus d'examen. Cet entraîneur doit présenter au jury, avant l'examen, les notes d'évaluation dans le contexte du club. À ces niveaux, on utilise un processus plus strict de notation. On se sert d'une échelle de 0 à 10 pour chacun des facteurs de performance, la note 10 étant le plus haut niveau de capacité démontrée. Pour réussir le brassard, l'athlète ne doit pas recevoir de note inférieure à 5.

Les évaluateurs doivent avoir au moins la certification Compétition – Développement du PNCE ou l'équivalent.

À tous les stades au-delà du brassard jaune, il est important de voir une progression dans les stades de développement des habiletés pour tous les facteurs de performance des brassards précédents. Référez-vous au tableau «Relation entre les niveaux de brassards et les stades de développement des habiletés» pour les détails relatifs à la progression attendue dans l'exécution des habiletés.

Il est important de noter que le temps de préparation pour chaque niveau de brassard sera différent d'un athlète à l'autre, et que beaucoup d'athlètes n'atteindront jamais les deux derniers niveaux de brassard. Les entraîneurs devraient donc s'assurer que leur programmation pose des défis à leurs athlètes, mais mettre l'accent sur les fondamentaux dans les premiers niveaux.