



## La « positive attitude » parentale

- Développez l'esprit sportif de votre enfant et adhérez aux valeurs de l'escrime.

L'agressivité et le courage ne pas synonymes de haine. « L'esprit sport » doit être à la base de l'éducation sportive, et le respect des autres une valeur incontournable.

- Faites comprendre que le jeu prime sur l'enjeu.

Chaque victoire doit certes être accueillie avec joie, mais aussi avec lucidité quant à la performance réelle du joueur et à la valeur de l'adversaire. Si les victoires sont trop glorifiées, il sera impossible de dédramatiser la défaite, car l'enfant ressentira l'attente familiale de manière pesante. Les défaites même les plus amères, ne doivent pas être considérées comme des catastrophes, mais comme des étapes nécessaires à la formation de l'escrimeur.

- Chaque enfant est unique : éviter les comparaisons.

Chaque enfant évolue à son rythme, et la hiérarchie sportive entre les tireurs peut sans cesse être bouleversée. Il faut préparer l'enfant à cette évolution, afin qu'il ne vive pas comme un échec la réussite d'un camarade.

- Développez l'autonomie de votre enfant.

Ne pas oublier que, sur la piste, il sera seul pour faire les bons choix. Pour permettre à l'enfant de s'épanouir, l'escrime est un moyen idéal, car il apprend à l'enfant à prendre ses propres décisions et à assumer ses forces et ses faiblesses. Il faut donc éviter de penser à sa place et le laisser évoluer à son rythme.

- Participez à la vie du club en fonction de vos disponibilités. Afin d'être bien intégré au milieu dans lequel évolue votre enfant.

## La compétition Chez les jeunes: Objectifs en quelques mots

La rencontre d'escrime chez les petits doit s'appréhender de manière différente de celle des adolescents et adultes qui sont à la recherche d'autres sensations (dépassement de soi, recherche de performance, convivialité).



Ce que nous recherchons dans ces rencontres du samedi après midi, c'est l'épanouissement de l'enfant dans l'affrontement avec les autres. Bien que nous soyons dans un sport d'opposition, cela ne doit pas être qu'un affrontement. L'enfant doit acquérir progressivement son autonomie, son indépendance physique, psychique. Cela passe par l'apprentissage des règles, du règlement, des codes de conduite, le tout sur fond de jeu. La rencontre

n'est que l'application à grande échelle du match en club et ne doit pas effrayer l'enfant mais lui apparaître comme une mise en œuvre de son travail fourni pendant les cours d'escrime au sein de son club.





## Petit lexique

**Appel** : C'est l'heure à laquelle l'organisateur invite les tireurs à s'inscrire à la rencontre.

**Scratch** : C'est l'heure à laquelle l'organisateur clôture les inscriptions (15 min après l'appel). Tout tireur se présentant après le scratch ne pourra pas participer à la rencontre.

**Formule** : c'est le déroulement des étapes d'une compétition. Pour les rencontres départementales : Poules sans éliminé de façon à ce que chaque participants joue le même nombre de match. (Sauf au Chpt de Gironde qui comporte un tableau d'élimination directe)

**Poule** : c'est un groupe de tireurs ou d'équipes (de 3 à 7 dans la plupart des cas) au sein duquel chaque tireur rencontre tous les autres. On établit ensuite un classement en regroupant toutes les poules de la même catégorie. Ex. S'il y a 8 poules de 6 tireurs, le classement édité à l'issue comportera 48 noms.

**Assaut** : combat. Selon les catégories, l'assaut de poule se déroule en 3, 4 ou 5 touches, puis l'assaut de tableau en 6, 8, 10 ou 15 touches.

**Calendrier** : indispensable. Disponible à l'affichage au club et sur le site du CDE ([www.escrime33.com](http://www.escrime33.com)). A consulter afin de ne pas se dire, veille de la rencontre : « quoi, c'est demain ta rencontre? »

**Tableau d'élimination directe** : comme son nom l'indique, c'est celui où il ne faut pas perdre ! Le tableau est composé en fonction des résultats des poules, de façon à ce que les mieux classés rencontrent les mal classés. Dans un tableau de 32, le 1e rencontre toujours le 32e. Le tableau correspond toujours à un nombre des puissances de 2 : 16, 32, 64, etc.

**Tireur** : autre dénominateur pour escrimeur.

# Ma première compétition

## Avant la Compétition ... Les Préparatifs

Parents, Escrimeurs,

--)------ Votre enfant va participer à ses premières compétitions d'escrime... Afin que tout ce passe pour le mieux, nous allons vous aider dans la marche à suivre pour participer à une compétition :

--)------ **Lire régulièrement les infos mises à votre disposition sur les panneaux** pour vous familiariser avec le fonctionnement de votre club...

Le calendrier des compétitions concernant sa catégorie y est affiché ainsi que les feuilles d'informations.

--)------ Connaître **la date** de la prochaine **compétition**

--)------ Demander au club **la « feuille de route »** (Document précisant les horaires le lieu, le plan). A défaut, ces renseignements sont disponibles sur le site du CDE 33 ([www.escrime33.com](http://www.escrime33.com)).

--)------ **Confirmer sa participation le jeudi soir**, au plus tard au club. Les inscriptions sont clôturées le jeudi soir à minuit

--)------ **Vérifier que le sac d'escrime est complet** (veste, sous cuirasse, pantalon, masque, gant, chaussures, chaussettes, armes et matériel électrique si besoin). Attention, aucun matériel disponible sur place.

--)------ **Préparer, la monnaie pour l'engagement (5€), la Licence, le certificat médical de non contre indication à la pratique de l'escrime** (de moins d'un an) ... Sauf si vous l'avez donné au club en début de saison.

--)------ **Le jour de la Compétition**, rendez vous sur le lieu de la compétition à l'heure d'appel indiquée sur le calendrier des rencontres départementales



# Ma première compétition

## La rencontre !!

L'enseignant ou le responsable du déplacement est la personne qui est là pour vous guider dans un premier temps. N'hésitez pas à lui demander conseil, il est là pour vous montrer la marche à suivre, néanmoins voici quelques petits conseils pour les débutants:

### - -)----- **Le Point de Ralliement :**

Essayez toujours de vous regrouper entre personnes du même club, cela permettra aux enfants de se sentir plus à l'aise au début. Vous pendant ce temps vous vous initiez aux joies des gymnases inconfortables et froids. Ce lieu est le point de ralliement du club.

### --)----- **L'inscription pour la rencontre :**

Votre enfant va aller s'inscrire avec l'enseignant, ses parents, il a besoin de :

- Sa Licence (carte électronique)
- 5€ pour l'inscription
- N'oubliez pas de préciser la catégorie et l'arme

dans laquelle il s'inscrit

Inscription qu'il fera seul la prochaine fois.... !

### - )----- **La formule (ou déroulement de la compétition) :**

Elle est affichée dans la salle. Pensez à vérifier que votre enfant est bien marqué sur les listes de présence.

### --)----- **Les Résultats :**

Les résultats de la rencontre sont mis en ligne le mardi à partir de 14h sur [www.escrime33.com](http://www.escrime33.com).

## Quelques recommandations

Au moins



5 par jour



A chaque repas

selon l'appétit



3 par jour



limiter la

consommation



1 à 2 fois

par jour



limiter la

consommation



30 minutes

par jour

ET TOUJOURS DE L'EAU  
AVANT,  
PENDANT  
ET APRÈS L'EFFORT

