



## **Table des matières des compétences Fencing Evolutions :**

### **Ecusson jaune**

1	Tenir sa posture et sa position de garde (1.1.1)
2	Tenir correctement son arme et saluer (1.1.2)
3	Se déplacer (1.1.3)
4	Toucher de pied ferme, en marche, en fente, en marche + fente (1.1.3 / 1.1.5)
5	Discerner la ligne ouverte / fermée (1.1.4)
6	Attaquer par un coup à la tête, au flanc et manchette (1.1.5)
7	Attaquer par battement + coup à la tête ou au flanc ou manchette (1.1.5)
8	Connaître les lignes hautes (1.1.4)
9	Effectuer des parades latérales en ligne haute + riposte immédiate (1.1.5)
10	Apprendre l'engagement (1.1.6)
11	Apprentissages tactiques (1.2.1 / 1.2.2 / 1.2.3)
12	Règles de base de sécurité en escrime (1.3.1)
13	Comprendre le fonctionnement d'une feuille de poule (1.3.2)
14	Reconnaître son arme et décrire comment la tenir (1.1.2)
15	Identifier les 3 armes et en nommer les différentes parties (1.3.3)
16	Connaître la manière de toucher et les surfaces valables aux 3 armes (1.3.4)
17	Connaître et comprendre les ordres de l'arbitre (1.3.5)
18	Initiation à l'arbitrage par le biais de situation de jeu et / ou aménagées (1.4.1)
19	Participer à des séances de jeu et d'échauffement (1.5.1)
20	Apprendre à travailler en coopération ou en opposition (1.5.2)
21	Participer à des séances de déplacement d'escrime (1.1.3)
22	Participer à des séances d'exercices de respiration (1.5.3)

### **Légende :**

	Pas observé
😐	Pas acquis
😊	En voie d'acquisition
😄	Acquis mais encore perfectible
😍	Parfait