

Les apports de l'escrime sur un plan psychologique

LA CONFIANCE EN SOI	Le port du masque permet à l'élève de s'exprimer plus librement. Il ne doit compter que sur lui-même pour sortir vainqueur de l'affrontement
LA COURTOISIE LA LOYAUTE	Le cérémonial est le signe extérieur de l'engagement tacite de respecter l'autre. L'arbitre établit un climat de politesse : on salue son adversaire en début et fin de combat. A la fin de l'assaut, après le salut, la poignée de main rappelle la courtoisie vis-à-vis de l'adversaire
L'ATTENTION	Elle est la qualité dominante développée. La situation de face à face dans un espace limité, ainsi que le champ visuel restreint, favorisent la concentration : elle est indispensable à l'observation des actions et réactions de l'adversaire
LA MAITRISE DE SOI	La nécessité de contrôler en permanence les actions à entreprendre et les réactions de l'adversaire, oblige à maîtriser ses émotions (impulsivité, colère, abattement, enthousiasme excessif)

<p>STRUCTURATION DU SCHEMA CORPOREL</p>	<p>L'utilisation de l'arme modifie l'espace d'intervention du tireur et l'amène à mieux prendre conscience de son corps Par la nature même du jeu, flexions et extensions des bras (armé et équilibrateur) et des jambes (fente et retour en garde) sont largement utilisées</p>
<p>AFFIRMATION DE LA LATERALITE</p>	<p>La position à l'amble (jambe qui correspond au bras armé est en avant) favorise un renforcement de la latéralité, de même que le maniement de l'arme à une main</p>
<p>CONTRÔLE DE L'EQUILIBRE</p>	<p>Passé par une maîtrise des appuis lors de différents déplacements</p>
<p>ORGANISATION DE L'ESPACE</p>	<p>La gestion de la distance par rapport à l'adversaire et l'intégration de l'aire d'évolution développent une meilleure organisation dans l'espace</p>
<p>COORDINATION SPECIFIQUE A L'ESCRIME</p>	<p>Elle se traduit par une antériorité de l'action de la main et du bras sur les jambes</p>
<p>TRAITEMENT DE L'INFORMATION</p>	<p>Chaque situation prévue ou non prévue entraîne une réponse adaptée</p>
<p>PRECISION</p>	<p>La coordination occulo manuelle est développée dans la conduite de la pointe vers la cible</p>