

L'APPORT DE L'ESCRIME SUR LE PLAN PSYCHOLOGIQUE :

LA CONFIANCE EN SOI : Grâce à la progression permanente d'apprentissages.

L'ATTENTION : Elle est indispensable à l'observation des actions et réactions de l'adversaire.

LA MAÎTRISE 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, abatement, enthousiasme excessif).

L'APPORT DE L'ESCRIME SUR LE PLAN PSYCHOMOTEUR :

STRUCTURATION DU SCHÉMA CORPOREL : L'utilisation de l'arme modifie l'espace d'intervention du tireur et l'amène à mieux prendre conscience de son corps.

ORGANISATION DE L'ESPACE : La gestion de la distance par rapport à l'adversaire et l'intégration de l'aire d'évolution développe une meilleure organisation dans l'espace.

TRAITEMENT DE L'INFORMATION : Chaque situation prévue ou non prévue entraîne une réponse adaptée.



L'ESCRIME SPORT OLYMPIQUE. L'escrime est un sport, un art, une science

POURQUOI L'ESCRIME?

Elle est une discipline très éducative dans laquelle le comportement général, l'agressivité et l'utilisation de la force sont en permanence orientés par le maître d'armes. Par l'intermédiaire de l'arme, une relation se crée entre les deux escrimeurs sur le plan psychologique et psychomoteur. Elle oblige l'impulsif et le violent à **se maîtriser**. Au contraire, celui qui est plus réservé **pourra davantage s'exprimer**.

NOTRE OBJECTIF

Offrir une solide formation autant sur le plan sportif que personnel, veillant au développement de valeurs telles que l'intégrité, la confiance en soi et le respect des autres; des valeurs qui sont la base de la personnalité d'un vrai champion.

NOTRE MÉTHODE

Apprendre l'escrime comme on apprend un art. Fiers de leurs efforts, nos élèves réussiront à développer les facteurs de l'excellence en escrime : la gestion du jeu ainsi que les notions de distance, de temps d'exécution, de technique, de rythme de mouvement et de tactique de combat.

NOTRE MAÎTRE D'ARMES

Maître **Guy Boulanger** (entraîneur-chef du Club)

Courriel : guyboulanger@estoc.ca

Téléphone : 581-985-8512