

FÉDÉRATION D'ESCRIME DE QUÉBEC

**ANALYSE DES FACTEURS DE PERFORMANCE
(TACTIQUES ET TECHNIQUES)
DES COMBATS D'ESCRIME**

JEUX OLYMPIQUES DE BEIJING 2008.

MAITRE. ILDEMARO SANCHEZ
Entraîneur provincial de Québec.
Ex Entraîneur national de Canada - Sabre Dames 2008.

ANALYSE DES COMBATS JEUX OLYMPIQUES BEIJING 2008.

Facteurs de la performance d' une action réussi.

La plus part des fois qu' une action est réussi, on constate qu' une quantité importante des facteurs de la performance à été présente.

De la même façon, lorsqu' une action ne réussi pas, on constate qu' une quantité importante des facteurs de la performance non pas été respectées

Si nous réussissons a identifier les facteurs qui garantissent ou que ne permettent pas la réussite, on peut donc développer des méthodologies conduisant à optimiser ou améliorer les facteurs de la performance des actions.

FACTEURS DE LA PERFORMANCE D'UNE ACTION D'ESCRIME.

La réussite d'une action d'escrime est déterminée par au moins six (6) facteurs différents. Ces facteurs, à un degré plus ou moins important, jouent un rôle déterminant pour la réussite d'une action.

Facteurs:

- La logique du choix d'action
- La coordination
- La distance
- Le temps
- Le rythme
- L'autorité.

2

La logique du choix d'action.

Choix intelligent de l'action. Peut être en relation à l'action précédente; par rapport aux réactions de l'adversaire (immédiatement avant l'action ou pendant l'action), ou par rapport au plan de match individuel du tireur.

Sabre:

Des échanges rapides après le commandement « allez » (2 à 6 secondes), le choix est souvent par rapport à l'action précédente.

Fleuret et Épée:

Des échanges plus tardives après le commandement « allez » (20 à 60 secondes), le choix est peut être plus influencé en relation aux réactions de l'adversaire.

Dans les trois spécialités, on fait des choix par rapport au plan de combat individuel

3

La coordination

Une bonne coordination favorise les possibilités de réussite d'une touche. Néanmoins pour la réussite d'une action, la distance, le temps, le rythme et l'autorité, sont des éléments plus importants que la coordination.

La distance.

Chaque action a une distance qui lui est spécifique. On doit jouer la distance par rapport à l'action choisi.

Le temps

Le temps a une relation très importante avec la distance. Néanmoins pour que la touche soit efficace, il faut la faire au bon moment (bon temps). Il ne faut pas confondre temps et vitesse. Malgré que la vitesse est un facteur important pour gagner le temps, une touche peut être faite très rapidement mais en mauvais temps.

Le rythme

Facteur important pour établir la différence entre la préparation et l'action. Très souvent la préparation a une vitesse inférieure à l'action finale. Il est important de planifier le choix de l'action avec la référence spécifique de rythme que nous voulons exécuter.

L'autorité

Est associée à la vitesse et à la intensité de la touche. C'est le point final qui ajouté aux autres facteurs, garantit la réussite de l'action en termes de performance.

Exemples de grilles de control de la performance.

Control général des facteurs de la performance d'une action:

Tireurs	logique	coordination	La distance	Le temps	Le rythme	L'autorité.
X vs X	+++++	- - - - -	- - + + -	- - + + -	++ - - -	+++++

Ce grille permet le control de la progression des facteurs de la performance.

Control des pourcentages d'actions bien faites.

Tireurs	Touche donné	Touche reçu	Action bien faite	Action à améliorer
X vs X				
Action 1				
Action 2				

Ce grille permet d'évaluer le pourcentage d' actions bien faites.

Analyser seulement celui qui touche.

- Tous les facteurs de la performance.
- Seulement un facteur

Analyser celui qui reçoit la touche.

- Tous les facteurs de la performance.
- Seulement un facteur

Conclusion.

Les facteurs signalées préalablement, garantissent l' exécution d'actions par rapport à la recherche de la performance, la performance des actions doit être l'objectif, **le résultat est la conséquence des actions bien faites.**