

## **escrime handisport et potentialités**

### **Handisport**

Publié par: Sixte

Publié le : 18/09/2004 20:52:52

Escrime handisport et potentialités de l'escrime.

La France, l'Italie et l'Angleterre furent les premières Nations à organiser des compétitions pour handicapés physiques.

En 1954 fut créée la première Association sportive française pour handicapés. Il était temps !

Lorsque l'on connaît les bienfaits de l'escrime au niveau neurologique et psychologique (amélioration des qualités nerveuses et physiologiques, renforcement et développement des qualités physiques, de la maîtrise de soi, de la confiance en soi, de l'équilibre général,...) on peut se demander comment on pouvait s'en passer. Des précurseurs avaient compris les apports bénéfiques de l'escrime envers les handicapés bien avant cette date (aveugles, tétraplégiques, handicapés moteurs, malentendants, ...).

En 1780 parut « la gymnastique médicale et chirurgicale » du Dr Tissot où l'exercice des armes est étudié sous son aspect hygiénique et conseillé pour la guérison de certaines affections.

En 1895 le Docteur Célestin Lecomte soutient sa thèse sur « l'escrime au point de vue médical » et y décrit une quinzaine de cas de maladies guéries ou de rémissions grâce à l'escrime.

Le suédois Ling mit au point une méthode d'éducation physique très connue des Professeurs d'EPS, inspirée des cours d'escrime qu'il suivit pour sa rééducation. La Fédération Française Handisport créée en 1957 est devenue membre du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) en 1973. Cette Fédération conventionnée à la FFE comporte de nombreux et talentueux escrimeurs.

Les équipes de France d'escrime handisport, femmes et hommes, en « individuels » et « par équipes », ont été championne d'Europe, du Monde et Olympique à l'épée, au sabre et au fleuret. Les résultats, les titres, les médailles sont aussi impressionnants que les efforts pour y arriver.

Depuis Ludwig Guttmann qui organisa les premières épreuves paralympiques dans les années cinquante, les jeux ont beaucoup évolués, ils se déroulent depuis 1988, soit depuis Séoul, dans la même ville et sur les mêmes installations sportives, que les J.O. Les participants aux Jeux Paralympiques sont licenciés à la Fédération Française Handisport et à la FFE (licence gratuite). Les Jeux paralympiques commencent à Rome en 1960 où, sur proposition française, fut appliqué le premier règlement dérivé de celui de la FIE. Sous l'impulsion de Maître Pierre Clerc qui dès 1957 initie les blessés militaires au sabre, la délégation fédérale française remporte ses premières médailles dès 1964. C'est le début d'une liste impressionnante de succès dus au courage de ces athlètes et à la qualité de leurs Maîtres.

Heidelberg en 1972, représente la deuxième naissance de l'escrime handisport par l'adoption de toutes les catégories.

Actuellement la Fédération Française Handisport représente 405 associations, 27 comités régionaux, 10000 licenciés pour 20 000 pratiquants

L'escrime à sa juste valeur

L'escrime est porteuse de valeurs éducatives et rééducatives. Nous n'en doutons pas et si c'était le cas, voici quelques témoignages intéressants qui devraient vous convaincre.

« La connaissance des armes inspire la confiance, qui est la mère du courage » Guillaume Danet (Maître d'armes auteur de « l'art des armes » 1766).

"Que de sentiments, que d'idées, que de choses dans toutes les évolutions d'une leçon d'escrime, et ne croyez-vous pas qu'il y ait dans l'étude de l'art des armes une gymnastique merveilleuse de l'esprit, au point de vue du développement des qualités qui font les hommes fins, fiers, forts et résolus ?". Ainsi parlait le Docteur Félizet au 19ème, reconnaissant les effets bénéfiques de l'escrime non seulement sur le corps mais également sur les qualités morales et de l'esprit.

Les valeurs de l'escrime sont héritées du passé et peaufinées par le temps, elles forment l'esprit de ce sport. Inhérentes à l'activité proprement dite, induites des règlements instaurés en salle et en compétition, elles sont recherchées par l'enseignant quelle que soit sa forme de pratique. St Exupéry affirmait fort justement à ce propos qu' « On n'enseigne pas ce que l'on sait, on enseigne ce que l'on est »...et ce qui nous attire et nous reflète.

Sport pouvant être pratiqué très jeune jusqu'à un âge très avancé, par les hommes et les femmes, en milieu scolaire ou universitaire, civil ou militaire, ses potentialités éducatives sont importantes :

D'un point de vue moral, la pratique sportive est fortement empreinte de courtoisie et d'élégance, de politesse et de loyauté. Ces différentes valeurs chevaleresques, véritable code de conduite, sont perceptibles à tous les stades de la pratique de l'escrime : lors des compétitions où un cérémonial est imposé, dans l'application du règlement qui ne laisse pas de place aux débordements, dans l'enseignement où règnent discipline et respect mutuel.

Le « code pénal » et les « règles en usage dans les académies d'épée » sont à cet égard très éloquentes. Le club d'escrime est un lieu convivial où chacun se sent à l'aise et où perdurent les traditions léguées et transmises par nos illustres Maîtres.

« Moi, c'est moralement que j'ai mes élégances » Cyrano de B. Acte 1 scène IV

Sur le plan affectif, l'impulsif et le violent apprennent à contrôler et à canaliser leurs ardeurs car la violence physique et verbale n'ont pas droit de se manifester. L'élève timide d'ordinaire, trouvera sous le masque et l'arme à la main de quoi contraindre sa réserve naturelle pour développer sa confiance en soi. On raconte qu'un escrimeur hollandais n'accorda la main de sa fille qu'après avoir « testé » son futur gendre le fleuret à la main, l'assaut lui apprit plus sur son caractère qu'une heure de conversation.

« L'escrime n'adoucit pas les moeurs, mais elle les rend polies » Alphonse Séché

Sur le plan intellectuel, les situations d'assaut aménagées, observées et commentées par les élèves et l'enseignant, imposent une grande capacité d'attention et de concentration ; les capacités de réflexion, de compréhension et le jugement, seront sans cesse sollicités afin de stimuler l'adaptation, l'à-propos, l'anticipation et la créativité. La coopération et l'entraide, qui existent à tous les niveaux de pratique, donnent le sens des responsabilités, fixent les notions, structurent intellectuellement, moralement et « affectivement » ceux qui pratiquent cet art de vivre..

Sur le plan physique et psychomoteur, l'apport de l'escrime est important et cette discipline pourra efficacement être employée dans un but médical lors de certaines déficiences. Nous en reparlerons dans le chapitre « handisport ».

La pratique de l'épée, du sabre ou du fleuret développe les réflexes et la résistance nerveuse ainsi que la maîtrise de soi, améliore les qualités de base que sont force, vitesse de réaction et souplesse. Connaissance de son propre corps et latéralisation seront améliorées notamment par la pratique de l'escrime à deux armes. De nombreux enseignants font travailler les déplacements à gauche et à droite et font parfois tirer leurs élèves des deux mains (alternativement). Cette pratique a l'avantage d'atténuer l'asymétrie de l'escrime et son côté néfaste et ne peut qu'être bénéfique sur le plan psychomoteur.

Ajoutons que l'escrime est certainement un des sports qui permet le mieux de s'évader, de se dé-stresser, de récupérer ou conserver son équilibre physique et nerveux.

L'escrime peut donc apporter l'équilibre physique, physiologique et psychique et comme le disait déjà, en 1599, Maître Silver :

" L'exercice des armes fait oublier les douleurs, les chagrins et les maladies, augmente la force, aiguise l'esprit, donne un jugement parfait, chasse la colère, la mélancolie et les idées mauvaises, tient l'homme en haleine, en parfaite santé et longue vie. Pour celui qui le connaît parfaitement, ce bel exercice est un compagnon sûr dans la solitude, un compagnon qui ôte toute crainte."

La préoccupation principale de nombreuses salles d'armes et de leurs enseignants n'est pas forcément la compétition et la recherche de résultats. L'épanouissement de l'escrimeur peut revêtir plusieurs aspects où cette compétition est absente, la pratique de l'escrime loisir ou de l'escrime de spectacle par exemple. Plus que nos résultats sportifs, ce sont les valeurs que nos champions portent en eux et celles de l'escrime qui attirent de nouveaux licenciés chaque année ; certaines valeurs ne demandent qu'à être développées pour voir affluer d'autres escrimeurs... et en retenir certains.

" Surtout n'allez pas croire que le but de l'escrime  
Est de porter secours à qui médite un crime  
Car sa tâche plus belle est de mettre à profit  
Les qualités du corps et celles de l'esprit."  
La Faugère dans « l'esprit de l'escrime ».