

Formation Échecs — Progression 0 → 1800 Elo

Table des matières

Bloc A — Débutant → 1200 Elo	page 2
Bloc B — 1200 → 1400 Elo	page 14
Bloc C — 1400 → 1600 Elo	page 26
Bloc D — 1600 → 1800 Elo	page 38

Bloc A — Débutant → 1200 Elo

Séance 1 – Les pièces : le Cavalier

Objectifs : apprendre le déplacement en « L », découvrir les cases de saut, introduire la notion de cases contrôlées.

Exercice : placer un Cavalier au centre (d5), lister toutes ses cases de destination, puis tenter de le faire passer sur toutes les cases du plateau sans repasser deux fois.

Binôme : réflexion conjointe ou jeu relais (coups alternés).

Séance 2 – Mat élémentaire Dame + Roi vs Roi

Objectifs : apprendre la technique de mat avec Dame, comprendre l'idée de « réduire l'espace » du Roi adverse.

Exercice : position ♔+♕ contre ♚ : trouver un mat en un coup, puis rejouer la technique complète.

Binôme : un élève matant, l'autre défendant.

Séance 3 – Le mat du berger (attaque et défense)

Objectifs : reconnaître le motif ♖c4 + ♗h5/♗f3 visant f7, apprendre à se défendre.

Exercice : jouer le mat du berger côté Blancs, puis rejouer en défendant correctement côté Noirs.

Binôme : alternance attaque/défense.

Séance 4 – Le roque et la sécurité du Roi

Objectifs : comprendre pourquoi et quand roquer.

Exercice : comparer deux mini-parties : roque précoce vs roque tardif.

Binôme : parties à thème (roque obligatoire avant le 8e coup).

Séance 5 – Contrôle du centre et développement

Objectifs : occuper le centre, développer les pièces mineures vers les cases centrales.

Exercice : développer les 4 pièces mineures en 6 coups.

Binôme : comparer les plans et justifier ses choix.

Séance 6 – Les échanges (quand et pourquoi ?)

Objectifs : comprendre la valeur relative des pièces.

Exercice : à partir de la position pions e4/e5, analyser les conséquences si Blancs ou

Noirs prennent.

Binôme : un élève propose l'échange, l'autre argumente pour/contre.

Séance 7 - Le clouage

Objectifs : identifier les clouages et exploiter la pièce clouée.

Exercice : trouver les idées d'exploitation du clouage et les moyens de libération.

Binôme : un camp augmente la pression, l'autre cherche la libération.

Séance 8 - L'enfilade

Objectifs : reconnaître les alignements Roi-pièce.

Exercice : trouver le coup gagnant dans une enfilade, puis inventer deux positions d'enfilade.

Binôme : créer/résoudre des enfilades à tour de rôle.

Séance 9 - Fourchettes

Objectifs : voir les doubles attaques.

Exercice : chercher une fourchette qui gagne du matériel.

Binôme : inventer des fourchettes pour l'autre.

Séance 10 - Mat avec 2 Tours

Objectifs : apprendre à mater avec 2 Tours.

Exercice : côté Blancs, forcer le mat contre Roi isolé ; côté Noirs, tenter de résister.

Binôme : alterner attaque/défense, comparer les erreurs.

Séance 11 - Le pion passé

Objectifs : reconnaître un pion passé.

Exercice : évaluer si un pion peut promouvoir ; déplacer le pion et refaire l'analyse.

Binôme : l'un place un pion, l'autre juge la position (gagnant/perdant).

Séance 12 - Mini-partie à thème

Objectifs : mettre en pratique les acquis du bloc.

Exercice : partie courte (20 coups max) avec contrainte : roquer avant le 8e coup.

Binôme : parties rapides avec échange de couleurs.

Bloc B — 1200 → 1400 Elo

Séance 1 – Tactiques combinées

Objectifs : apprendre à combiner deux motifs tactiques.

Exercice : positions où un Cavalier attaque deux pièces, mais l'une est clouée.

Binôme : inventer/trouver la combinaison.

Séance 2 – Déviation et attraction

Objectifs : comprendre comment forcer une pièce à quitter sa case.

Exercice : Dame attire une pièce protectrice pour mater.

Binôme : trouver le coup de déviation / parade.

Séance 3 – Découverte et échec double

Objectifs : introduire la puissance des coups découverts.

Exercice : trouver des coups où une pièce se déplace en libérant une attaque cachée.

Binôme : alterner création et résolution.

Séance 4 – Cases fortes et avant-postes

Objectifs : comprendre la valeur d'un Cavalier en avant-poste.

Exercice : placer un Cavalier sur une case forte et exploiter.

Binôme : trouver comment chasser le Cavalier.

Séance 5 – Colonnes ouvertes

Objectifs : exploiter les colonnes ouvertes.

Exercice : rejouer une position avec colonnes ouvertes et Tours doublées.

Binôme : un cherche le plan d'attaque, l'autre défend.

Séance 6 – Pions faibles

Objectifs : identifier les faiblesses structurelles.

Exercice : comparer deux positions : avec et sans pion isolé.

Binôme : un défend la faiblesse, l'autre attaque.

Séance 7 – Plans simples au milieu de jeu

Objectifs : formuler un plan en 2-3 coups.
Exercice : énoncer un plan ; l'autre le critique.
Binôme : échange de plans.

Séance 8 – Introduction aux ouvertures

Objectifs : suivre des principes (centre, développement, roque).
Exercice : rejouer des ouvertures simples.
Binôme : un joue « anti-principes », l'autre doit punir.

Séance 9 – Pièges classiques

Objectifs : connaître les pièges de base.
Exercice : Piège de Légal, pion empoisonné.
Binôme : un attaque, l'autre défend.

Séance 10 – Transitions vers finales

Objectifs : comprendre quand simplifier.
Exercice : décider : échanger ou non ?
Binôme : un propose l'échange, l'autre analyse.

Séance 11 – Finales de pions

Objectifs : rôle du Roi, opposition.
Exercice : position simple : qui gagne ?
Binôme : forcer/défendre par l'opposition.

Séance 12 – Tournoi interne

Objectifs : mettre en pratique le bloc.
Exercice : mini-tournoi en 2-3 rondes.
Binôme : analyser ensemble après chaque partie.

Bloc C — 1400 → 1600 Elo

Séance 1 – Calcul de variantes

Objectifs : visualiser plusieurs coups à l'avance.

Exercice : comparer deux suites possibles.

Binôme : calcul à voix haute + vérification.

Séance 2 – Initiative et tempo

Objectifs : comprendre l'importance du gain de temps.

Exercice : analyser une position avec coups actifs/défensifs.

Binôme : inversion des rôles.

Séance 3 – Avantage d'espace

Objectifs : manœuvrer quand on a plus d'espace.

Exercice : trouver des plans d'attaque.

Binôme : attaque/contre-attaque.

Séance 4 – Pions passés liés

Objectifs : comprendre la force de deux pions passés côte à côte.

Exercice : jouer une finale simple avec pions passés liés.

Binôme : pousser/bloquer.

Séance 5 – Sacrifice positionnel

Objectifs : donner du matériel pour initiative ou cases fortes.

Exercice : rejouer une position où un sacrifice ouvre des lignes.

Binôme : discuter de la compensation.

Séance 6 – Finales de Tours (Philidor/Lucena)

Objectifs : apprendre ces positions fondamentales.

Exercice : rejouer Lucena et Philidor.

Binôme : alternance attaque/défense.

Séance 7 – Faiblesses de cases

Objectifs : identifier des faiblesses irréparables.
Exercice : exploiter une couleur de cases faible.
Binôme : domination/compensation.

Séance 8 – Prophylaxie

Objectifs : anticiper le plan adverse.
Exercice : formuler le plan adverse puis donner un coup prophylactique.
Binôme : chacun expose et propose un contre.

Séance 9 – Transition milieu-finales

Objectifs : juger si une finale est favorable avant simplifier.
Exercice : échanger les Dames ou non ?
Binôme : débat pour/contre, puis on joue.

Séance 10 – Ouvertures : systèmes

Objectifs : comprendre les systèmes (Colle, Londres).
Exercice : rejouer 10 coups et expliquer le plan typique.
Binôme : un suit, l'autre contre.

Séance 11 – Attaque sur le Roi

Objectifs : organiser une attaque coordonnée.
Exercice : position avec roques opposés, trouver plan.
Binôme : attaque/défense.

Séance 12 – Tournoi final

Objectifs : appliquer tous les acquis.
Exercice : petit tournoi interne, cadence 15'+5.
Binôme : analyse post-partie mutuelle.

Bloc D — 1600 → 1800 Elo

Séance 1 – Coups candidats & arbre de variantes

Objectifs : structurer le calcul.

Exercice : écrire l'arbre de variantes jusqu'à 4-5 demi-coups.

Binôme : vérification des candidats et ressources cachées.

Séance 2 – Statique vs dynamique

Objectifs : distinguer avantages statiques/dynamiques.

Exercice : décider quand transformer un avantage.

Binôme : débat pour/contre la transformation.

Séance 3 – Ruptures de pions

Objectifs : reconnaître la bonne rupture.

Exercice : Caro-Kann, Sicilienne, Française : trouver rupture.

Binôme : préparer vs contrer la rupture.

Séance 4 – Attaque minoritaire

Objectifs : plan b4-b5 fixer pions adverses.

Exercice : construire séquence type.

Binôme : exécution vs contre-jeu.

Séance 5 – Sacrifices positionnels

Objectifs : évaluer sacrifice d'échange/pion.

Exercice : rejouer 2 positions modèles.

Binôme : sacrifiant vs défenseur.

Séance 6 – Bon Fou / Mauvais Fou

Objectifs : identifier le mauvais Fou.

Exercice : geler une aile, exploiter cases.

Binôme : restreindre vs libérer.

Séance 7 – Finales de Tours pratiques

Objectifs : principes clés : Tour derrière pion passé.
Exercice : jouer 3 positions courtes.
Binôme : attaque/défense.

Séance 8 – Fins avec Fous opposés

Objectifs : forteresse ou initiative.
Exercice : deux positions : 1 annule, 1 attaque.
Binôme : forteresse vs briser.

Séance 9 – Cavalier vs Fou

Objectifs : choisir les bons échanges.
Exercice : structure fermée vs ouverte.
Binôme : justifier les échanges puis mini-partie.

Séance 10 – Prophylaxie avancée

Objectifs : lister plan adverse avant chaque coup critique.
Exercice : proposer 3 coups prophylactiques et 1 contre-attaque.
Binôme : menaces/adaptations.

Séance 11 – Répertoire minimal

Objectifs : stabiliser un répertoire pratique.
Exercice : rédiger une fiche par ouverture.
Binôme : échange de fiches et résumé.

Séance 12 – Mise en pratique

Objectifs : transférer en parties les thèmes du bloc.
Exercice : mini-tournoi 2-3 rondes.
Binôme : co-analyse après partie.