

**JEUX D 'OPPOSITION
JEUX DE LUTTE
JEUX DE COMBAT**

CYCLES 2 et 3

Michel DOSTES C.P.C. d'E.P.S. Auch2

Pourquoi cette activité à l'école ?

De nombreuses situations de jeu et de combat décrites dans les séquences de ce document ont été choisies ou imaginées en groupes de travail avec la

- Elle est adaptée à tous les enfants des classes du cycle 2 au cycle 3

collaboration des Educateurs Territoriaux des Activités Physiques et Sportives et avec Pascal BOYER et Didier COURALET Conseillers Pédagogiques en E.P.S.

- Elle peut évidemment se pratiquer sur un tatamis, sur des tapis, mais également sur une moquette ou dans une salle de motricité à condition de pratiquer des jeux au sol (à 4 pattes, accroupi), ou à mi-hauteur (1 ou 2 genoux au sol)

SOMMAIRE

La sécurité et les règles d'or	page 3
Des comportements attendus chez les enfants	page 4
Des exemples de situations de mise en train	page 5
Des exemples de situations de retour au calme	page 5
La grille de programmation des 13 séquences	page 6
Les corps de 13 séquences avec des situations variées	page 7

Elle développe la motricité :

- par la sollicitation de tous les groupes musculaires ; contractions / extensions / coordination
- par des situations favorisant le développement foncier (musculaire et cardio-vasculaire) et l'équilibre dynamique (prises d'appuis variés / feintes)

Elle développe les capacités perceptives :

- par le traitement d'informations nombreuses et simultanées sur soi, sur l'autre ou sur l'équipe
⇒ déplacements / rapidité de réaction / anticipation
⇒ sur les mouvements / sur la force de l'adversaire
⇒ sur le placement dans les jeux d'équipe / de relais
⇒ sur l'élaboration de stratégies à partir de toutes ces informations

Elle favorise le contrôle de son agressivité :

- en passant de la notion d'agressivité à celle de combativité maîtrisée
- en maîtrisant ses émotions / son affectif / son agressivité
- par la prise de conscience de son corps / de sa force
- par l'épanouissement de sa personnalité

Elle favorise le développement social :

- par l'établissement et le respect scrupuleux de règles incontournables
- par le changement de rôles : attaquant / défenseur / arbitre / observateur
- par la gestion du groupe ou de l'équipe

LA SECURITE ET LES REGLES D 'OR

Ne pas se faire mal
Ne pas faire mal à l'autre
Ne pas se laisser faire mal
Respecter les codes

Les codes : - signaux de départ et de fin de combat donné par l'arbitre
- signal d'arrêt donné par l'adversaire
- limites de l'aire de travail

Chaque séquence comportera obligatoirement :

- **une mise en train** avec des exercices d'échauffement et d'attention ⇒ cf page 5
- **un corps de séance** avec des exercices progressifs et adaptés à la programmation établie ⇒ cf pages 7 à 17
- **un retour au calme** avec des exercices d'étirements et de relaxation ⇒ cf page 5

Procéder à des essais avant les jeux ou les combats pour vérifier la compréhension des codes et des consignes par tous les enfants.

Penser à éliminer les dangers éventuels avant chaque séance:

- des obstacles dans la salle ; des trous entre les tapis
- les enfants ôteront montres, bracelets ou autres bijoux

Penser à porter des vêtements susceptibles d'être détériorés ...

COMPORTEMENTS ATTENDUS DES ENFANTS

COMPOSANTES	NIVEAU 1	NIVEAU 2	NIVEAU 3
Contacts	. saisit l'adversaire de temps en temps (épingles, foulard...)	.change de saisie .change de partenaire	.accepte le contact avec tous les autres .recherche le contact
Temps	.respecte les signaux de départ et de fin	.réagit vite au signal .surprend parfois son adversaire	.réagit en fonction de l'action de l'adversaire
Espace	.reste à l'intérieur de l'aire de "combat"	.utilise des déplacements variés	.anticipe sur les déplacements de l'adversaire
Conquêtes	.défend son territoire ou son objet sans trop d'efficacité	.défend avec des actions variées	.défend avec des actions adaptées à celles de son adversaire
Retournements	.retourne son adversaire avec une seule technique .résiste pour ne pas être retourné	.utilise plusieurs techniques de retournement .résiste au retournement en écartant ses appuis	.utilise des techniques adaptées aux prises de son adversaire .surprend l'adversaire en utilisant sa propre force
Immobilisations	.essaie d'immobiliser son adversaire avec une seule technique	.utilise la force de son poids et des appuis des jambes puissants pour bloquer l'adversaire résiste à l'immobilisation	.utilise plusieurs techniques d'immobilisation .résiste à l'immobilisation
Déséquilibres	.renverse son adversaire avec une seule technique .résiste pour ne pas être déséquilibré	.utilise plusieurs techniques de déséquilibre ou renversement .résiste au renversement en écartant ses appuis	.utilise des techniques adaptées aux prises de son adversaire .surprend l'adversaire en utilisant sa propre force
Arbitrage	.sait observer le respect du temps(signaux de début et fin de combat) et de l'espace(aire de combat)	.sait gérer en plus le critère de respect de la consigne et des adversaires	.sait arbitrer un combat en faisant respecter ces trois règles et de façon objective

EXEMPLES DE SITUATIONS D 'ECHAUFFEMENT ET D 'ATTENTION

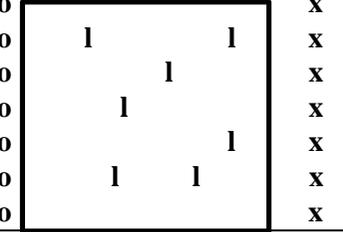
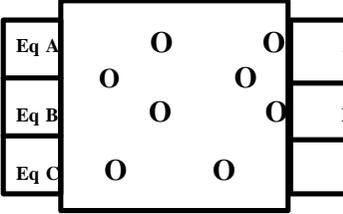
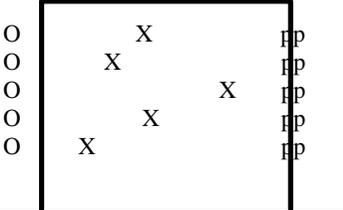
Type d'exercice	Description	Variantes et conseils
Déplacements sans contacts	<ul style="list-style-type: none"> • se déplacer autour de l'aire de jeu en se suivant • se déplacer dans toute l'aire de jeu • se croiser en traversant l'aire de jeu (2 ou 4 équipes) 	<ul style="list-style-type: none"> • utiliser tous les modes de déplacements connus • debout / à 4 pattes / "en canard" / en rampant ...
Déplacements avec contacts	<ul style="list-style-type: none"> • se déplacer bras croisés et au signal, tamponner un camarade • au signal, passer entre les jambes d'un camarade • au signal, ceinturer un camarade sans le faire chuter 	<ul style="list-style-type: none"> • faire varier la fréquence des signaux pour que les enfants restent attentifs
Chutes	<ul style="list-style-type: none"> • se laisser tomber sur les fesses puis rouler sur le dos sans à coups • idem plus amorti par frappé des bras (chute arrière judo) • au signal, tomber sur le tapis en variant les chutes 	<ul style="list-style-type: none"> • la chute peut être provoquée par un partenaire désigné : de face, pousser ses épaules par derrière, tirer ses épaules
Roulades	<ul style="list-style-type: none"> • roulades avant et roulades arrière: type gym • roulades latérales avant et arrière de type judo 	<ul style="list-style-type: none"> • travailler simultanément avant et arrière ainsi qu'à droite et à gauche pour les roulades judo • à l'arrêt puis avec élan
Musculation	<ul style="list-style-type: none"> • tirer un camarade qui se laisse glisser sur le tapis • faire des "pompes" genoux au sol • flexions / extensions sur les jambes bras tendus en avant • ceinturer, soulever et déplacer un partenaire de poids équivalent 	<ul style="list-style-type: none"> • par les bras, les aisselles, les chevilles • varier l'écartement mains / genoux • varier la fréquence, l'écartement des pieds • en souplesse, sans à coups

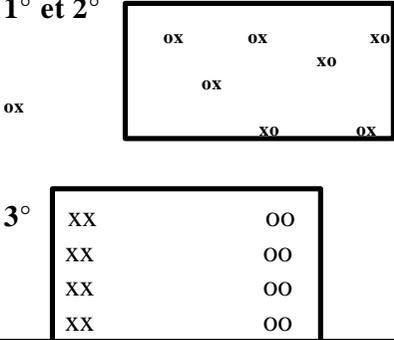
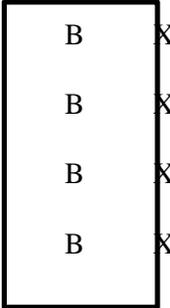
EXEMPLES D 'EXERCICES DE RETOUR AU CALME

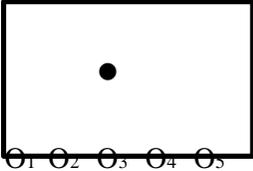
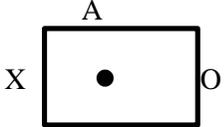
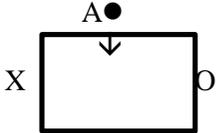
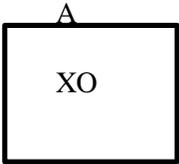
Type d'exercice	Description	Variantes et conseils
Etirements des jambes	<ul style="list-style-type: none"> • assis jambes tendues, toucher avec les mains ses genoux, puis ses tibias, puis descendre lentement vers ses orteils • debout jambes tendues, toucher avec les mains ses genoux, puis ses tibias, puis descendre lentement vers ses orteils 	<ul style="list-style-type: none"> • ni à coups ni temps de « ressort » • par 2, aider le relâchement de son camarade en le poussant tout doucement dans le dos
Etirements de la colonne vertébrale	<ul style="list-style-type: none"> • allongé sur le dos, replier les jambe sur la poitrine, enserrer les jambes avec ses bras ; serrer puis relâcher ; recommencer sans perdre l'équilibre • même position que ci-dessus, rouler sur le dos en avant et en arrière 	<ul style="list-style-type: none"> • relâchement : allongé sur le dos, s'étirer comme au réveil • par 2, aider son camarade à rouler
Relâchement	<ul style="list-style-type: none"> • tirer très lentement son partenaire allongé sur le dos par les jambes en le saisissant au niveau des chevilles • allongé sur le dos, yeux fermés, alterner relâchement total du corps et contraction d'une ou plusieurs parties du corps au signal du maître 	<ul style="list-style-type: none"> • faire onduler son camarade par des mouvements répétés de droite à gauche tout en le tirant • avec ou sans musique • vérifier l'état de décontraction des enfants

TABLEAU DE PROGRAMMATION DES SEANCES

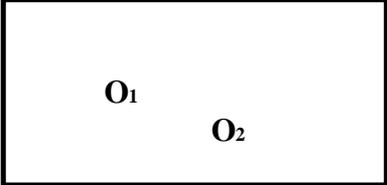
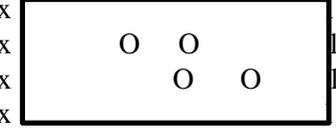
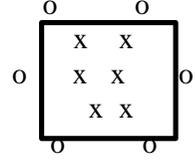
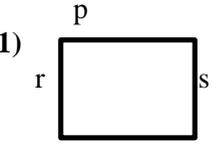
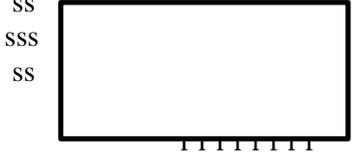
Séances n°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Types de jeux	JEUX DE COOPERATION		JEUX D'OPPOSITION										
Caractéristiques de l'activité	Familiarisation Jeux en équipes	Médiée par un engin		A mi-distance		Corps à corps et combats					Combats en tournois		
		Duelle		Collective ↓ Duelle		Collective		Duelle Relais et 2 contre 1					
		Rôles différenciés	Rôles identiques	Rôles identiques	Rôles différenciés		Rôles Différenciés ↓ Rôles Identiques		Rôles identiques		Différenciés ↓ Identiques	Rôles identiques	

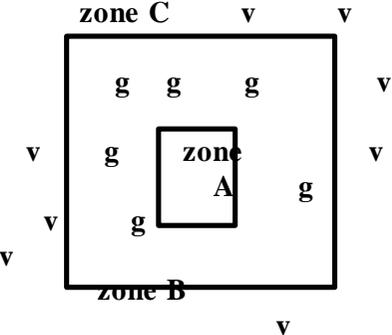
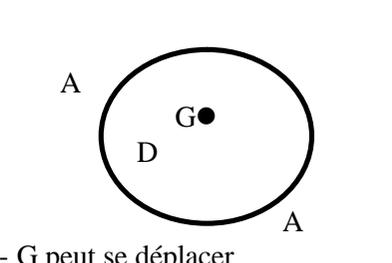
Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement	Situations
<ul style="list-style-type: none"> - s'y échauffer - accepter les contacts - tirer / pousser 	-3 équipes : les quilles les boules les releveurs -temps : 1mn pour chaque rôle 30s de récupération -aire de jeu : 8m X 8m		<p>Le Bowling Au signal, les boules (o) et les releveurs (x) entrent en jeu : les (o) pour faire tomber les quilles (l), les (x) pour les relever. Compter les quilles tombées après 1mn.</p> <p>Evolution : debout à genoux à 4 pattes</p>
<ul style="list-style-type: none"> - s'organiser et coopérer - porter / soulever 	-2 ou 3 équipes de 4 ou 5 joueurs -8 ou 9 cerceaux -aire de jeu : 8m X 8m		<p>Le Manitou Au signal, un joueur de chaque équipe est transporté par ses équipiers dans un cerceau.</p> <p>A chaque cerceau, changer de joueur transporté. Changer trois fois de cerceau pour traverser.</p>
conquérir des objets <ul style="list-style-type: none"> - accepter les contacts - agir en fonction des adversaires 	-2 ou 3 équipes de 4 ou 5 joueurs -10 à 12 plots -aire de jeu : 8m X 8m		<p>La Chasse au trésor Au signal, les attaquants (O) vont prendre les plots (P) et les rapportent dans leur camp. Les défenseurs (X) empêchent les (O) de passer à l'aller et au retour.</p> <p>Les (X) peuvent aussi essayer de voler les plots aux (O).</p>
<ul style="list-style-type: none"> - avoir confiance en ses camarades - se laisser faire 	- petits groupes de 3, 4 ou 5		L'enfant (o) se raidit et se laisse pousser par ses 2 ou 3 camarades (x) ; ses pieds doivent rester sur place.

Objectifs	Compétences	Organisation	Matériel	Déroulement	Situations
- s'échauffer - s'approprier l'espace proche - occuper tout l'espace de travail		- 2 équipes de même nombre - 1 jeu de foulards / équipe - manches de 30sec à 1mn		1° et 2°  3° 	Prise de foulards : 1° Un (o) contre un (x), les (o) prennent le foulard aux (x) ; inverser les rôles. 2° Idem, mais les (o) et les (x) ont tous un foulard . 3° Idem, mais travail collectif : tous les (o) contre tous les (x) . Si je perds mon foulard : a) je reste assis b) j'aide mon équipe
- s'approprier un engin - amener l'engin dans le camp adverse		- 1 ballon pour 2 - aire de jeu délimitée par une rangée de tapis - possibilité de matérialiser des zones points pour la progression en avant du ballon			Pique ballon : 1° Les (x) et les (o) sont à égale distance du ballon . Un contre un face à face. Au signal, s'approprier le ballon (= 1 point) puis l'amener dans le camp de l'adversaire (= 3 points) Rotation des adversaires entre les manches. Comptabiliser les points obtenus. 2° Idem mais travail collectif : les (x) contre les (o) ; prendre un ballon et l'amener en face.
- conserver sa place dans l'espace - conserver le ballon - transporter un adversaire hors de sa zone		- 1 zone délimitée par 2 tapis - 3 joueurs dans chaque zone : - 1 arbitre-lanceur - 2 joueurs - 1 ballon - faire varier la taille et la forme des ballons		1°  2° 	Le Rugby-combat : 1° Au signal, l'arbitre (A) lance le ballon au (X) qui doit le réceptionner et le (O) entre dans la zone pour : prendre le ballon au (X) et s'il n'y parvient pas, sortir le (X) de la zone. Manches < 20sec 2° Idem mais (X) réceptionne le ballon et doit marquer dans le camp du (O) .

Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement	Situations
<p>s'approprier le ballon et le faire progresser</p> <ul style="list-style-type: none"> - s'opposer à l'avancée de l'adversaire - réagir très rapidement 	<p>- 2 équipes de 4 ou 5, numérotées de 1 à 4 ou 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 ballon - aire de jeu de 6m X 6m environ, ou sur la largeur du tatamis - jouer à 4 pattes ; puis debout 	<p>X₁ X₂ X₃ X₄ X₅</p> 	<p>Rugby gascon :</p> <p>A l'appel de leur numéro, le O et le X concernés doivent s'emparer du ballon et l'amener dans le camp adverse.</p> <p>Au changement de numéro, poser le ballon sur place et retour à sa place. Le O et le X appelés entrent en jeu.</p> <p>Quand le ballon est dans l'autre camp : 1pt à l'équipe et ballon au centre .</p>
<ul style="list-style-type: none"> - s'approprier un ballon et le conserver - reprendre le ballon à l'adversaire 	<p>- par 3 : 1 arbitre 2 attaquants à 4 pattes</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 ballon pour les 3 - aire de jeu : 1 tapis - essais de 30 sec maxi 		<p>Rugby gascon : (variante 1)</p> <p>Au signal, O et X doivent prendre le ballon et le rapporter dans leur camp</p> <p>A compte les points : possession du ballon =1pt et ballon dans son camp =3pts</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 manches de 3 essais
<ul style="list-style-type: none"> - s'approprier un ballon et le conserver - reprendre le ballon à l'adversaire ou stopper sa progression 	<p>- par 3 : 1 arbitre 2 attaquants debout</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 ballon pour 3 - aire de jeu : 1 tapis - essais de 30 sec maxi 		<p>Rugby gascon : (variante 2)</p> <p>Au signal, A lance le ballon en l'air au centre de l'aire de jeu</p> <p>O et X courent et doivent s'emparer du ballon pour marquer un essai dans le camp opposé</p> <p>⇒ observer le ballon et l'adversaire</p> <p>le porteur peut feinter ou bousculer avec bras et épaules pour passer</p>
<ul style="list-style-type: none"> - tirer-pousser sans relâcher son effort, son attention - anticiper et profiter de l'action de son adversaire 	<p>- par 3 : 1 arbitre 2 attaquants debout</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 bâton (de 50cm env) pour 2 - aire de jeu : 2 tapis 		<p>Tirer-pousser :</p> <p>Au signal, O et X qui tiennent le bâton, essaient chacun de faire sortir leur adversaire de l'aire de jeu, sans sortir eux-mêmes</p> <p>Le point est gagné si les 2 pieds de l'adversaire sont dehors</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ procéder par tirer puis par pousser seulement ⇒ procéder par tirer / pousser ⇒ procéder par tirer / pousser /déséquilibrer

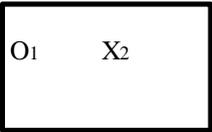
Objectifs	Compétences	Organisation	Matériel	Déroulement	Situations
- protéger et conserver un objet - prendre des risques et contrôler la distance nécessaire pour gagner sans perdre - s'organiser dans l'équipe		- 2 équipes - 2 jeux de pinces à linge - manches de 1 mn 30 maximum		Prise de pinces : - Les pinces sont visibles sur les joueurs Au signal, chaque équipe doit récupérer un maximum de pinces dans l'équipe adverse sans se faire prendre les siennes. ⇒ faire varier le point d'attache de l'objet ⇒ faire varier le nombre de joueurs de l'équipe (2 à demi-classe) ⇒ celui qui perd sa pince : est éliminé (observateur) devient défenseur de son équipe se délivre en s'emparant d'une pince...	
- rester dans une zone - prendre des risques et contrôler la distance nécessaire pour gagner sans perdre - s'organiser dans l'équipe		- 2 équipes repérées - aire de jeu = salle de jeux ou tatamis - manches de 1 mn 30 maximum		Pousse-toi ! Je passe : Tous les joueurs sont dans la zone de combat. Le but du jeu est d'expulser les adversaires hors de cette zone sans être éliminé soi-même. Le joueur expulsé devient observateur ou reprend le jeu avec un handicap par exemple : bras croisés Variantes : ⇒ à 4 pattes ; debout avec prise de l'adversaire au dessus de la ceinture ⇒ travailler avec les 2 mains ; 1 main dans le dos ; sans les mains travailler à 2 contre 1 ; 3 contre 2 ; 1 contre 1 ...	
- combattre en gardant son équilibre - réagir très rapidement, anticiper		- 1 contre 1 debout - 1 contre 1 avec arbitre - rôles identiques : les 2 joueurs attaquent et défendent		X $\overset{A}{\text{-----}} \overset{O}{\text{-----}}$ A X $\boxed{\text{O}}$	Lutte funambule : X et O sur la corde essaient chacun de déséquilibrer l'adversaire pour le faire "tomber" de la corde Lutte sénégalaise : Déséquilibrer son adversaire pour qu'il mette un 3° appui au sol (autre que ses 2 pieds)
- toucher l'adversaire avec un objet - réagir très rapidement, anticiper		- 1 contre 1 - 1 contre 1 avec arbitre - 1 bouteille plastique par enfant - rôles identiques : les 2 joueurs attaquent et défendent		X X X X X O O O O O	Combat de coqs : X et O accroupis, bras en avant : faire tomber son adversaire en le poussant par sauts successifs Escrime-bouteilles : toucher l'adversaire le 1° (= 1 pt), partout sauf à la tête (- 3 pts)

Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement	Situations
<ul style="list-style-type: none"> - éviter le ou les adversaires - saisir puis amener l'adversaire au sol 	<ul style="list-style-type: none"> - toute la classe à 4 pattes - utiliser tout le tatamis 	<p>XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> 	<p>L'épervier : Au signal, les enfants (x) traversent l'aire de jeu et l'épervier (O1) essaie de les attraper puis de les retourner sur le dos. Le joueur au sol devient lui aussi épervier(O2) Le dernier joueur non-retourné gagne la partie.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - éviter le ou les adversaires - saisir puis amener l'adversaire au sol - s'organiser pour gagner plus vite 	<ul style="list-style-type: none"> - toute la classe à 4 pattes - utiliser tout le tatamis - 3 équipes : les X, les O, les I 	<p>X</p>  <p>X</p> <p>X</p> <p>X</p>	<p>L'épervier : Variante Au signal, les (x) et les (I) traversent. Les éperviers (o) doivent les saisir et les amener au sol. Le joueur au sol est éliminé ou devient épervier.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - résister, prendre de bons appuis - saisir et entraîner l'adversaire - s'organiser au sein de l'équipe 	<ul style="list-style-type: none"> - équipes de 4 ou 5 - aire de 3m X 4 m ou 6 tapis - ½ classe contre ½ classe - aire appropriée - manches de 1mn30 		<p>L'ours dans sa tanière : Au signal, les chasseurs (o) pénètrent sur le tapis et essayent d'expulser tous les ours (x) de leur tanière ; chronométrer. 1) Les ours sortis sont éliminés 2) Les ours expulsés reviennent dans leur tanière; - compter les ours expulsés en 1mn30</p>
<ul style="list-style-type: none"> - rattraper et ceinturer l'adversaire - observer la situation ; anticiper - agir puis fuir rapidement 	<ol style="list-style-type: none"> 1) par 3 : 1renard, 1 serpent, 1 poule - aire de 4m X 4m environ 2) Classe divisée en 3 équipes - tout le tatamis 3) manches très courtes : 5 à 10 sec 4) manches de 1mn environ ou jusqu'à élimination d'une équipe: 	<ol style="list-style-type: none"> 1)  2) <p>p p p p p p p p</p>  	<p>Renards, poules et serpents : Au signal, tous sur le tatamis : les renards attrapent les poules (en ceinturant), les poules attrapent les serpents, les serpents attrapent les renards avant d'être pris . Celui qui est pris s'immobilise sur le ventre. On est à l'abri tout autour du tapis.</p> <p>Variantes : 1) jeu à 3 en ateliers 2) classe divisée en 3 équipes - rentrer, ceinturer, sortir - éliminer toute une équipe ...</p>

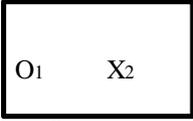
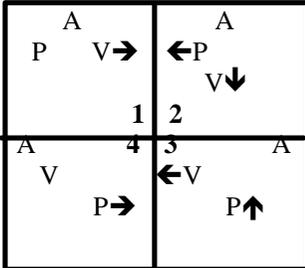
Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement	Situations
<ul style="list-style-type: none"> - réagir rapidement à un signal - esquiver plusieurs "coups" possibles - bondir en avant et latéralement 	<ul style="list-style-type: none"> - les enfants occupent tout l'espace - 1 bouteille plastique pour 2 - séries rapides de 30 sec 	<p>Touche-bouteilles : Tous les enfants trottaient sur l'aire de jeu. Un sur deux tient une bouteille PVC par le goulot. Au signal, toucher avec sa bouteille un camarade qui n'en possède pas. Les attaquants ont droit à 3 pas d'élan maximum pour effectuer la touche. Changer les rôles au bout de 10 essais. Chacun peut comptabiliser le nombre de points gagnés (touches) et perdus (esquives efficaces des « sans bouteilles »).</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - esquiver plusieurs "coups" possibles - feinter pour tromper l'adversaire - s'organiser au sein des équipes 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 attaquant pour 3 ou 4 défenseurs - 1 bouteille plastique par attaquant - utiliser toute l'aire de jeu 	<p>Les sorciers-bouteilles : Tous les enfants trottaient sur l'aire de jeu. Au signal, les sorciers doivent toucher de leur bouteille un défenseur ; celui-ci devra alors se déplacer à 4 pattes. Pour se délivrer, il doit ceinturer les jambes d'un sorcier avant que celui-ci ne le touche à nouveau ; auquel cas : élimination.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - accepter le contact rapproché - protéger un territoire - franchir un territoire défendu 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 équipes de 4 à ½ classe - aires délimitées (voir schéma) - 3 ou 4 objets par attaquant - tous à 4 pattes / tous debout - 1 équipe debout l'autre à 4 pattes 		<p>Gendarmes et voleurs : Au signal, les (v) traversent la zone B pour prendre le trésor dans la zone A et le ramener dans leur camp (zone C). Les (g) essaient de les en empêcher en les bloquant ou en rapportant le trésor au centre. Les (g) évoluent dans la zone B Variante : Les (g) peuvent reprendre le trésor dans la zone C</p>
<ul style="list-style-type: none"> - accepter le contact rapproché - protéger et conserver son objet - défendre son partenaire - saisir l'adversaire, lui prendre son objet 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 ballon pour 3, 4 ou 5 enfants - faire varier le nombre d'enfants en présence : n gardien(s) n défenseurs n+1 ou n+2 attaquants - aire de jeu en fonction du nombre - manches de 1mn environ 	 <p>- G peut se déplacer</p>	<p>Protège mon trésor : Le gardien (G) tient le ballon ; les attaquants (A) essaient de le lui prendre, mais le ou les défenseurs (D) aident (G). Quand le ballon est pris, changer les rôles : (A) devient (G) ... Jouer les trois rôles. Variante :- tous à 4 pattes ou à genoux - G à 4 pattes, D et A à genoux ou debout ...</p>

Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement Situations
<ul style="list-style-type: none"> - saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus 	<ul style="list-style-type: none"> - par 2, 1 contre 1 - position : à 4 pattes puis à genoux 	<p><u>Lutte Gulliver :</u> Rôles différenciés Gulliver est allongé sur le dos ; son adversaire le tient plaqué au sol. Au signal, Gulliver doit se retourner en 3 secondes maximum. ⇒ entraver au maximum l'adversaire avec son propre corps</p> <p><u>Variante :</u> - Gulliver doit se relever en 10 ou 15 sec</p>
<ul style="list-style-type: none"> - saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus 	<ul style="list-style-type: none"> - par 2, 1 contre 1 - position : à 4 pattes - manches de 30 secondes 	<p><u>Lutte Tortues :</u> Rôles différenciés La tortue est à 4 pattes. Le renard est à genoux derrière elle. Au signal, il essaye de la retourner sur le dos. S'il y parvient, la tortue se remet en position et recommencer. Inverser les rôles et compter le nombre de points marqués. ⇒ écarter ses appuis en s'écrasant au sol ; se déplacer pour gagner du temps ⇒ saisir une jambe du renard pour le gêner et accroître la masse à retourner</p> <p><u>Variante :</u> Le renard est debout derrière la tortue.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - pousser, saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus 	<ul style="list-style-type: none"> - par 2, 1 contre 1 - position : à genoux debout - manches de 30 secondes - aire de jeu : 2 tapis ou 4m X 4m 	<p><u>Lutte-Sumo</u> Rôles différenciés puis identiques Les 2 joueurs sont de chaque côté de l'aire de jeu ; au signal, l'attaquant essaye d'expulser son adversaire du tapis. S'il y parvient, se remettre en place et rejouer. Inverser les rôles et compter le nombre de points marqués. ⇒ pousser / tirer / déséquilibrer pour sortir l'adversaire ⇒ se déplacer / résister pour rester au centre du tapis</p>
<ul style="list-style-type: none"> - pousser, saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus 	<ul style="list-style-type: none"> - par 2, 1 contre 1 - position : à genoux debout - manches de 30 secondes - aire de jeu : 2 tapis ou 4m X 4m 	<p><u>Lutte Sénégalaise</u> Rôles différenciés puis identiques Les 2 joueurs sont dans l'aire de jeu ; au signal, l'attaquant essaye de déséquilibrer l'adversaire pour lui faire poser un 3° appui au sol. S'il y parvient, se remettre en place et rejouer. Inverser les rôles et compter le nombre de points marqués. ⇒ pousser / tirer / déséquilibrer pour faire tomber l'adversaire ⇒ se déplacer / résister / s'agripper à l'adversaire pour rester sur ses 2 appuis</p>
<ul style="list-style-type: none"> - se déplacer rapidement en fonction des mouvements de l'adversaire - feinter / saisir /surprendre 	<ul style="list-style-type: none"> par 2, 1 contre 1 - position : à genoux puis debout - manches de 30 secondes 	<p><u>Lutte au sol :</u> Rôles différenciés puis identiques Les 2 joueurs sont dans l'aire de jeu ; au signal, l'attaquant essaye de passer derrière l'adversaire pour toucher son dos avec le ventre. S'il y parvient, se remettre en place et rejouer. Inverser les rôles et compter le nombre de points marqués. ⇒ saisir / pousser / tirer / se déplacer rapidement</p>

JEUX D 'OPPOSITION : **Combats** **Travail duel** **Rôles identiques** **Séances N°10 et 11**

Objectifs	Compétences	Organisation	Matériel	Déroulement	Situations
- saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus		- par 3 : 1 contre 1 et 1 arbitre - position : à genoux puis debout - 3 manches de 30 sec à 1 mn - aires de combat 4m X 4m environ		Atelier au choix : Lutte au sol Lutte Sumo Lutte sénégalaise	Reprendre les exercices de la séance précédente. Les enfants sont simultanément attaquants et défenseurs. ⇒ réagir promptement aux signaux de départ et d'arrêt de jeu ⇒ rapidité et attention de l'arbitre qui compte les points et remet les joueurs en jeu
- toucher l'adversaire sans se faire toucher le premier - feinter pour tromper l'adversaire - esquiver		- par 2 : 1 contre 1 - par 3 : 1 contre 1 et 1 arbitre - 1 bouteille par combattant - manches de 1mn maximum		Escrime bouteilles : Au signal, essayer de toucher son adversaire avec sa bouteille le premier. Les touches sont interdites au- dessus des épaules. ⇒ se déplacer dans toutes les directions face à l'adversaire en tenant sa bouteille devant ses yeux ⇒ touche valable = 1point touche interdite = moins 2 points	
- saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus		- par 3 : 1 contre 1 et 1 arbitre - position : à genoux puis debout - 3 manches de 30 sec à 1 mn - aires de combat 4m X 4m environ		Lutte gréco-romaine : Déséquilibrer son adversaire et plaquer ses épaules au sol . Les saisies s'effectuent uniquement au dessus de la ceinture. Les clés de bras sont interdites. Lutte libre : Déséquilibrer son adversaire et plaquer ses épaules au sol . Les saisies s'effectuent sur tout le corps. Les clés de bras sont interdites.	
- saisir et déséquilibrer - rechercher de bons appuis - maintenir une attention et un effort soutenus -		- par 3 : 1 contre 1 et 1 arbitre - position : debout - 3 manches de 30 sec à 1 mn - aires de combat 0,5m X 2m environ		A 	Lutte canadienne : Saisir, tirer, pousser son adversaire pour l'expulser de la zone de combat. Définir auparavant si la manche est gagnée lorsque l'adversaire a mis 1 seul appui ou les 2 à l'extérieur.
- saisir et déséquilibrer - maintenir une attention et un effort soutenus - s'organiser efficacement à 2		- par 4 : 2 contre 2 - position : debout - 3 manches de 1 mn à 1mn30 - aires de combat de 4m X 4m environ		X ₁  O ₂	Lutte relais : O et X s'affrontent sur l'aire de combat ; ils peuvent à leur gré passer le relais à leur équipier en lui touchant la main. ⇒ appliquer à la lutte-relais : la lutte sumo la lutte sénégalaise la lutte gréco-romaine la lutte libre

Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement Situations																
<ul style="list-style-type: none"> - se situer dans l'espace et attaquer 2 adversaires simultanément - toucher les adversaires sans se faire toucher le premier - s'organiser à 2 pour vaincre un adversaire armé 	<ul style="list-style-type: none"> - par 4 : 2 contre 1 + 1 arbitre - 1 bouteille pour celui qui est seul - les 2 autres à mains nues - aire de 4m X 4m environ - manches de 1 mn 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">X₂</p> <p style="text-align: center;">↖</p> <p style="text-align: center;">X₁ ← O</p> <p style="text-align: center;">A</p> </div> <p>Bouteille contre mains nues : O est "armé" d'une bouteille ; il doit toucher les X le premier. Les X sont mains nues et attaquent simultanément O ; ils doivent le toucher avec leurs mains sans être touchés par la bouteille de leur adversaire. Faire 4 manches pour exécuter chaque rôle. Faire le total des touches : X + O</p>																
<ul style="list-style-type: none"> - se situer dans l'espace et attaquer 2 adversaires simultanément - vaincre 2 adversaires simultanément - s'organiser à 2 pour vaincre un adversaire 	<ul style="list-style-type: none"> - par 4 : 2 contre 1 + 1 arbitre - aire de 4m X 4m environ - manches de 1 mn 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">X₂</p> <p style="text-align: center;">↖</p> <p style="text-align: center;">X₁ ← O</p> <p style="text-align: center;">A</p> </div> <p>Lutte-sumo à 2 contre 1 : O est seul contre les X ; il doit les expulser de l'aire de jeu. Les X, comme handicap, ont leurs bras croisés sur la poitrine ; ils attaquent simultanément O pour l'expulser de l'aire de jeu. Faire 3 manches pour exécuter chaque rôle. Faire le total des points : X + O</p>																
<ul style="list-style-type: none"> - réinvestir les acquis antérieurs - comprendre le fonctionnement d'un tournoi montant / descendant à 2 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 terrain pour 2 enfants - terrains numérotés de 1 à ... - 1 bouteille par enfant - manches de 1mn 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-bottom: 10px;"> <table style="border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">P</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">V →</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">← P</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">V ↓</td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">1 2</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">4 3</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;"></td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">V</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">P →</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">← V</td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">P ↑</td> </tr> </table> </div> <p>Tournoi montant/descendant à 2 en escrime : Mêmes règles que pour l'escrime à 2. Compter les touches. A l'issue de chaque combat : - le vainqueur « monte » d'un terrain - le perdant « descend » d'un terrain. - le vainqueur et le perdant des extrémités ne bougent pas.</p>	P	V →	← P	V ↓		1 2				4 3			V	P →	← V	P ↑
P	V →	← P	V ↓															
	1 2																	
	4 3																	
V	P →	← V	P ↑															
<ul style="list-style-type: none"> - imaginer des formes ou des jeux d'opposition et en donner les règles - réinvestir les acquis antérieurs 	<p>Critères à respecter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - équipes contre équipes - formes duelles - rôles identiques ou différenciés - avec ou sans matériel 	<p>Jeux ou combats imaginés par les élèves :</p> <p>Les enfants auront par groupes de 3 ou 4 défini au préalable en classe les contenus de cette fin de séquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fiche technique du jeu choisi ou imaginé à partir des nombreuses situations vécues - vérifier que les situations retenues correspondent bien aux critères ci-contre - choisir les situations de manière à balayer tous les critères définis. 																

Objectifs Compétences	Organisation Matériel	Déroulement Situations
<ul style="list-style-type: none"> - toucher l'adversaire sans se faire toucher le premier - feinter pour tromper l'adversaire - esquiver - s'organiser efficacement à 2 	<ul style="list-style-type: none"> - par 4 : 2 contre 2 - 1 bouteille pour 2 combattants - manches de 1mn maximum 	<div style="text-align: center;">  </div> <p>Esgrime-bouteilles en relais : Les (O) contre les (X). Mêmes règles que pour l'esgrime à 2. La bouteille sert de témoin pour passer le relais à son équipier Compter les touches.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - imaginer des formes ou des jeux d'opposition et en donner les règles - réinvestir les acquis antérieurs 	<p>Critères à respecter :</p> <ul style="list-style-type: none"> - formes duelles - rôles identiques uniquement - sans matériel - aire et durée de jeu définies par les élèves 	<p>Combats imaginés par les élèves :</p> <p>Les enfants auront par groupes de 3 ou 4 défini au préalable en classe les contenus de cette fin de séquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - fiche technique du jeu choisi ou imaginé à partir des nombreuses situations vécues - vérifier que les situations retenues correspondent bien aux critères ci-contre - choisir les situations de manière à balayer tous les critères définis <p>Les enfants seront responsables de la gestion de cette partie de séquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - matériel ; aires de jeu ; placement des équipes ou des joueurs - diffusion des consignes ; respect des règles ; arbitrage ; changements de situations <p>.../...</p>
<ul style="list-style-type: none"> - réinvestir les acquis antérieurs - comprendre le fonctionnement d'un tournoi montant / descendant à 3 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 terrain pour 3 enfants - 2 combattants et 1 arbitre - terrains numérotés de 1 à ... - manches de 1mn <p>le maître est le garant du temps :</p> <ul style="list-style-type: none"> - il siffle début et fin de manches - il coordonne les déplacements - il règle les litiges 	<div style="text-align: center;">  </div> <p>Tournoi montant/descendant à 3 en lutte : Déterminer les règles et la lutte choisie.</p> <p>A l'issue de chaque combat :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le vainqueur « monte » et rencontre l'arbitre - le perdant « descend » et devient arbitre - l'arbitre reste sur son terrain et rencontre le vainqueur qui monte <p>Le vainqueur et le perdant des extrémités :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ils restent sur leur terrain. - le vainqueur devient l'arbitre - le perdant rencontre son arbitre

JEUX D'OPPOSITION

Objectifs	Compétences	Organisation	Matériel	Déroulement	Situations

Visitez [Www.PedagoNet.Com](http://www.PedagoNet.Com)