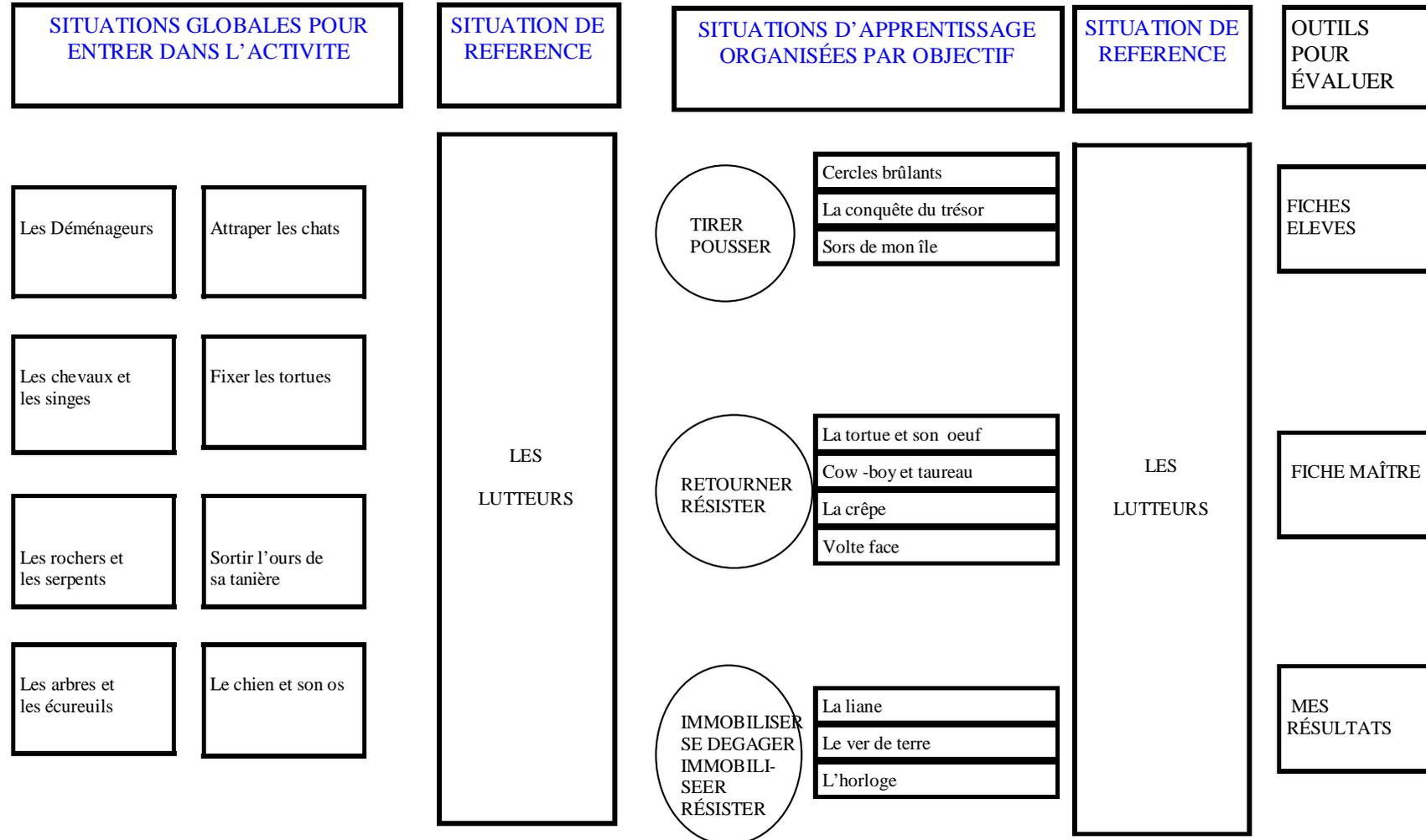


CYCLE 2 : JEUX D'OPPOSITION / UA JEUX DE LUTTE Enjeu : organiser son équilibre et ses actions dans des relations d'opposition



JEUX DE LUTTE AU CYCLE 2
SITUATIONS GLOBALES POUR ENTRER DANS L'ACTIVITE

<p style="text-align: center;">LES DEMENAGEURS</p> <p>Organisation : 2 groupes d'enfants</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les uns sont des meubles • Les autres des déménageurs <p>Consignes : les déménageurs doivent transporter les meubles sans les déformer, dans un endroit donné.</p> <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les meubles prennent différentes formes • Les déménageurs ont des parcours différents à effectuer • Les meubles (solides) deviennent mous 	<p style="text-align: center;">CHEVAUX ET SINGES</p> <p>Organisation : 2 groupes à 4 pattes</p> <p>Consignes : les chevaux transportent des singes sur leur dos d'un endroit à un autre.</p> <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les singes s'accrochent différemment (sur le ventre, sur le côté), changent de position • Les singes changent de cheval sans poser le pied à terre • Les chevaux cherchent à déséquilibrer les singes
<p style="text-align: center;">ATTRAPER LES CHATS</p> <p>Organisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Des chats • 1 ou 2 chasseurs debout <p>Consignes : les chats doivent traverser un espace donné sans se faire prendre par les chasseurs (toucher le dos).</p> <p>Evolutions : pour ne pas se faire prendre, les chats peuvent se mettre sur le dos.</p>	<p style="text-align: center;">FIXER LES TORTUES</p> <p>Organisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 groupe de tortues à 4 pattes, mobiles dans tout l'espace de jeu. • 1 groupe de chasseurs. <p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • pour les tortues, être toujours en déplacement. • pour les chasseurs, empêcher les tortues de continuer à se déplacer. <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • varier le nombre de chasseurs • varier la position des chasseurs (à 4 pattes, debout ...)

<p style="text-align: center;">LES ROCHERS ET LES SERPENTS</p> <p>Organisation ; 2 groupes à 4 pattes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les rochers côte à côte dans la rivière • Les serpents sur la rive <p>Consignes : les serpents traversent la rivière en rampant sur les rochers pour ne pas se mouiller.</p> <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les rochers très proches au début, s'éloignent, se décalent • Les serpents avancent tête en avant, pieds en avant, ... • Les rochers sont de hauteur différentes <ul style="list-style-type: none"> • Les rochers n'aident pas les serpents 	<p style="text-align: center;">LES ARBRES ET LES ECUREUILS</p> <p>Organisation : 2 groupes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les arbres à 4 pattes sur place • Les écureuils à 4 pattes, mobiles <p>Consignes : les écureuils doivent visiter tous les espaces possibles de tous les arbres de la forêt.</p> <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les écureuils changent de mode de passage (ventre, dos...) • Les écureuils font aussi le tour des arbres en passant sur leur dos • Les arbres s'affaissent, pèsent sur les écureuils
<p style="text-align: center;">SORTIR LES OURS DE LEUR TANIÈRE</p> <p>Organisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 groupe d'ours dans un espace limité (la tanière) • 1 groupe de chasseurs <p>Consignes : les chasseurs doivent sortir tous les ours de leur tanière.</p> <p>Evolutions : les ours peuvent s'agripper les uns aux autres.</p>	<p style="text-align: center;">LE CHIEN ET SON OS</p> <p>Organisation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 chien à 4 pattes, tenant un « os » (ballon) • 1 voleur <p>Consignes : dérober l'os du chien</p> <p>Evolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • modifier la position du chien...du voleur • remplacer le ballon par un autre objet (plus petit, plus gros...) <p>Variantes : l'os est placé derrière le chien, le voleur debout doit s'emparer de l'os sans se faire toucher par le chien.</p>

SITUATION DE REFERENCE

Pour savoir où on en est ...une Situation de référence ...pour mesurer les progrès

Situation de départ :

- Un genou au sol
- Saisie imposée (1 main au revers, l'autre au bras)

Espace de jeu :

- Cercle de 3 mètres de diamètre à moduler selon l'âge, la taille...

Durée :

- 1min 30 à moduler. L'enseignant annonce le début et la fin du combat.

But du jeu :

- mettre son adversaire sur le dos et l'immobiliser 10 s.

Critères de réussite :

- je marque si :

Actions	Durée	Points	Gain du match
Dos au sol + immobilisation	- de 5 s	3	
Dos au sol + immobilisation	De 5 à 10 s	7	
Dos au sol + immobilisation	10 s ou +	10	Fin de combat

SITUATIONS D'APPRENTISSAGE

TIRER / POUSSER

LA CONQUETE DU TRESOR

Objectifs

Pour le trésor : accepter les actions des autres.

Pour les joueurs : respecter l'intégrité du camarade, ne pas faire mal, rechercher les différentes prises ou contrôles (corps, ceinture, vêtement)

Situation

2 joueurs convoitent un trésor qui n'est autre que le corps neutre d'un camarade. Le trésor se met en boule et reste tonique.

« on ramène le trésor dans son camp ».

Remarque : pas de prise par la tête. Donner à l'arbitre des consignes strictes quant aux risques d'écartèlement. Limiter le jeu à 1 minute (ou moins) et apprécier la progression de tel ou tel attaquant. Inverser les rôles.

Comportements à valoriser

Les recherches des contrôles par l'engagement des bras à « l'intérieur » du trésor.

Le contrôle en ceinture et le rouler sur soi-même pour déplacer le trésor.

Le maintien d'un contact étroit entre l'attaquant et le trésor.

SORS DE MON L'ILE

Objectifs

Maîtrise de l'équilibre.

Enchaînements rapides d'actions - réactions.

Renforcement musculaire.

Situation

2 joueurs « A » et « B » se tiennent par les mains ou les poignets. « A » a un pied dans le cerceau et doit s'efforcer de le garder malgré l'opposition de « B ». « A » perd dès qu'il a les 2 pieds hors ou dans le cerceau.

Variantes

Défi, 1 contre 1.

Possibilité de choisir son adversaire (ou non).

Tournoi par équipes.

Comportements à valoriser

Pour « A » : le fléchissement sur les jambes pour abaisser le centre de gravité et augmenter ainsi sa stabilité.

Pour « B » : les interventions en rotation, ainsi que les changements rapides de prise et de contrôles.

IMMOBILISER SE DEGAGER

LA LIANE

Situation de départ

Les enfants sont par 2 :

- 1 enfant est allongé sur le dos
- l'autre le maintient dans cette position.

But du jeu

Pour l'enfant allongé, s'échapper de la prise pour se relever. Changer de rôles.

Variantes

- Imposer les modes de contrôle.
- Varier la durée.

LE VER DE TERRE

Situation de départ

Les enfants sont par 2 :

- 1 des enfants est allongé sur le ventre
- l'autre l'immobilise dans cette position
- 1 foulard (la salade) est posée à quelques mètres des enfants

But du jeu

Pour le ver : de déplacer pour attraper la salade. Changer de rôles.

Variantes

- modifier la position de départ
- éloigner la salade
- modifier la durée

L'HORLOGE

Situation de départ

Les enfants sont par 2 :

- 1 des enfants est allongé sur le dos
- l'autre l'immobilise dans cette position

But du jeu

- pour l'enfant qui immobilise : effectuer un demi-cercle tout en maintenant l'immobilisation.
- pour l'enfant immobilisé : de dégager.

Changer de rôles

Variantes

- effectuer un tour complet
- modifier les positions de départ.

RETOURNER / RESISTER

<p style="text-align: center;">LA TORTUE ET SON ŒUF</p> <p>Situation de départ Les enfants sont par 2 :</p> <ul style="list-style-type: none">- 1 des enfants est recroquevillé en tenant 1 ballon entre ses bras et ses genoux- l'autre est près de lui, à genoux. <p>But du jeu</p> <ul style="list-style-type: none">- pour l'attaquant : s'emparer de l'œuf de la tortue- pour la tortue : conserver son œuf <p>Changer de rôles.</p> <p>Variantes</p> <ul style="list-style-type: none">- modifier la position de la tortue- imposer une position au chasseur- limiter l'espace	<p style="text-align: center;">LA CREPE</p> <p>Situation de départ Les enfants sont par 2 :</p> <ul style="list-style-type: none">- 1 est sur le ventre (la crêpe).- l'autre à côté de lui est à genoux. <p>But du jeu Retourner la crêpe pour la mettre sur le dos. Changer de rôles.</p> <p>Variantes</p> <ul style="list-style-type: none">- imposer des modes de saisie particuliers- modifier la durée du jeu
<p style="text-align: center;">COW-BOY ET TAUREAU</p> <p>Situation de départ Les enfants sont par 2 :</p> <ul style="list-style-type: none">- le taureau est à 4 pattes.- Le cow-boy est à côté de lui, un genou au sol. <p>But du jeu</p> <ul style="list-style-type: none">- pour le cow-boy : mettre le taureau sur le dos- pour le taureau : rester à 4 pattes. <p>Variantes</p> <ul style="list-style-type: none">- limiter l'espace- modifier la durée- changer de jambe	<p style="text-align: center;">VOLTE FACE</p> <p>Situation de départ Le départ du jeu est le même que pour « la crêpe »</p> <p>But du jeu L'enfant allongé sur le ventre doit se tourner pour se mettre sur le dos. Changer de rôles.</p> <p>Variantes</p> <ul style="list-style-type: none">- varier la position de départ- modifier la durée

Pour évaluer

Une grille pour évaluer « mes combats »

Le jeu des lutteurs		Retourner pour immobiliser					
Prénom :		J'ai maintenu mon adversaire sur le dos :			<ul style="list-style-type: none">• ne pas cumuler les points• ne prendre en compte que l'avantage le plus élevé		
		moins de 5 s	de 5 à 9 s	10 s			
Rencontre n°	adversaire	3 points	7 points	10 points			
1							
2							
3							
4							
5							
<i>A chaque rencontre : 1 arbitre, 1 chronométreur (immobilisation), 1 secrétaire 1 fiche pour chacun des lutteurs</i>							