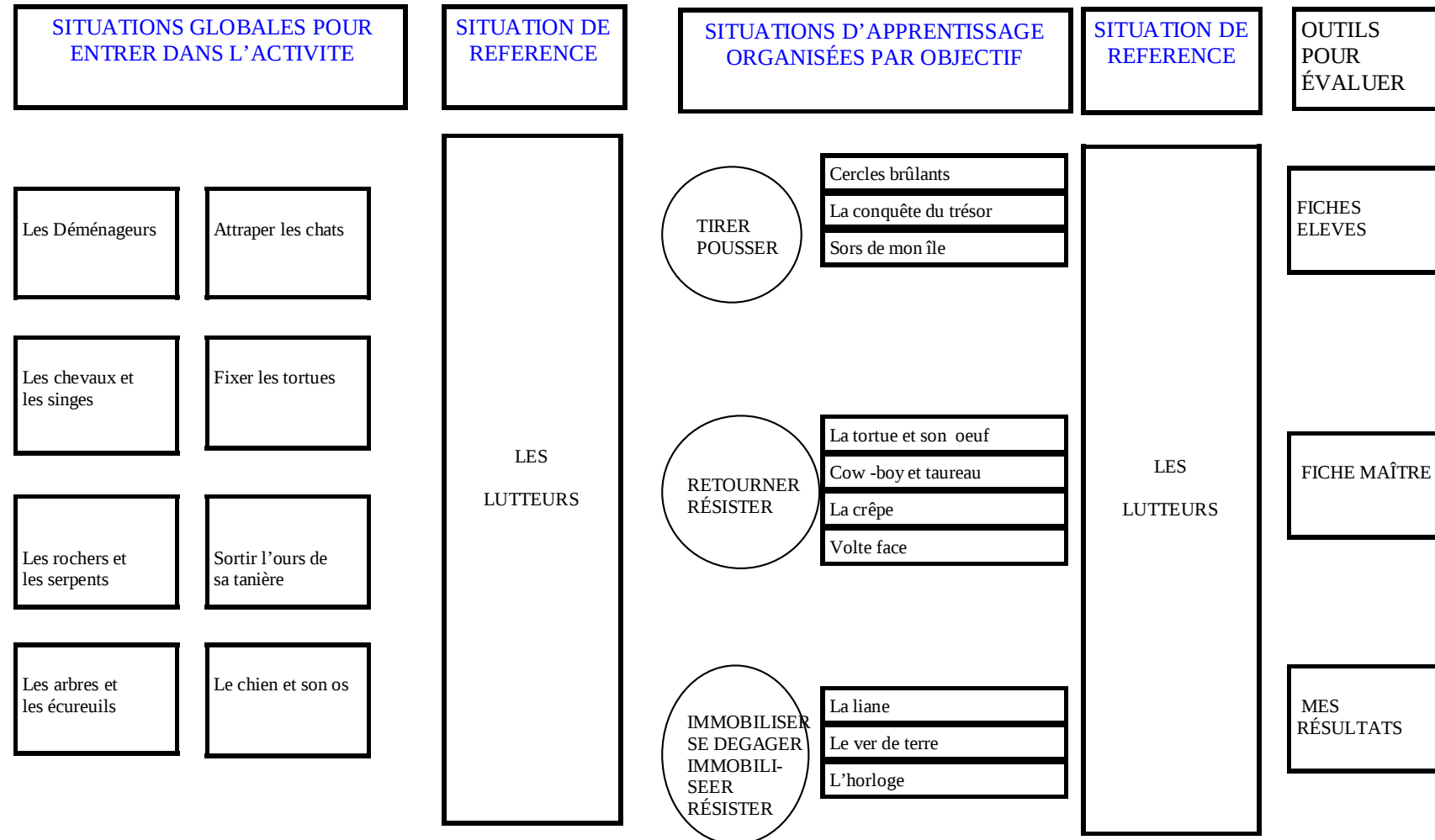


CYCLE 2 : JEUX D'OPPOSITION / UA JEUX DE LUTTE Enjeu : organiser son équilibre et ses actions dans des relations d'opposition



JEUX DE LUTTE AU CYCLE 2

SITUATIONS GLOBALES POUR ENTRER DANS L'ACTIVITE

LES DEMENAGEURS Organisation : 2 groupes d'enfants • Les uns sont des meubles • Les autres des déménageurs Consignes : les déménageurs doivent transporter les meubles sans les déformer, dans un endroit donné. Evolutions : • Les meubles prennent différentes formes • Les déménageurs ont des parcours différents à effectuer • Les meubles (solides) deviennent mous	CHEVAUX ET SINGES Organisation : 2 groupes à 4 pattes Consignes : les chevaux transportent des singes sur leur dos d'un endroit à un autre. Evolutions : • 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
ATTRAPER LES CHATS Organisation : • Des chats • 1 ou 2 chasseurs debout Consignes : les chats doivent traverser un espace donné sans se faire prendre par les chasseurs (toucher le dos). Evolutions : pour ne pas se faire prendre, les chats peuvent se mettre sur le dos.	FIXER LES TORTUES Organisation : • 1groupe de tortues à 4 pattes, mobiles dans tout l'espace de jeu. • 1 groupe de chasseurs. Consignes : • pour les tortues, être toujours en déplacement. • pour les chasseurs, empêcher les tortues de continuer à se déplacer. Evolutions : • varier le nombre de chasseurs • varier la position des chasseurs (à 4 pattes, debout ...)

LES ROCHERS ET LES SERPENTS Organisation ; 2 groupes à 4 pattes • Les rochers côte à côte dans la rivière • Les serpents sur la rive Consignes : les serpents traversent la rivière en rampant sur les rochers pour ne pas se mouiller. Evolutions : • 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 • Les rochers n'aident pas les serpents	LES ARBRES ET LES ECUREUILS Organisation : 2 groupes • Les arbres à 4 pattes sur place • Les écureuils à 4 pattes, mobiles Consignes : les écureuils doivent visiter tous les espaces possibles de tous les arbres de la forêt. Evolutions : • 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
SORTIR LES OURS DE LEUR TANIÈRE Organisation : • 1 groupe d'ours dans un espace limité (la tanière) • 1 groupe de chasseurs Consignes : les chasseurs doivent sortir tous les ours de leur tanière. Evolutions : les ours peuvent s'agripper les uns aux autres.	LE CHIEN ET SON OS Organisation : • 1 chien à 4 pattes, tenant un « os » (ballon) • 1 voleur Consignes : dérober l'os du chien Evolutions : • modifier la position du chien...du voleur • remplacer le ballon par un autre objet (plus petit, plus gros...) Variantes : l'os est placé derrière le chien, le voleur debout doit s'emparer de l'os sans se faire toucher par le chien.

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	LE VER DE TERRE
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.	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

LA TORTUE ET SON ŒUF Situation de départ Les enfants sont par 2 : - 1 des enfants est recroquevillé en tenant 1 ballon entre ses bras et ses genoux - l'autre est près de lui, à genoux. But du jeu - pour l'attaquant : s'emparer de l'œuf de la tortue - pour la tortue : conserver son œuf Changer de rôles. Variantes - modifier la position de la tortue - imposer une position au chasseur - limiter l'espace	LA CREPE Situation de départ Les enfants sont par 2 : - 1 est sur le ventre (la crêpe). - l'autre à côté de lui est à genoux. But du jeu Retourner la crêpe pour la mettre sur le dos. Changer de rôles. Variantes - imposer des modes de saisie particuliers - modifier la durée du jeu
COW-BOY ET TAUREAU Situation de départ Les enfants sont par 2 : - le taureau est à 4 pattes. - Le cow-boy est à côté de lui, un genou au sol. But du jeu - pour le cow-boy : mettre le taureau sur le dos - pour le taureau : rester à 4 pattes. Variantes - limiter l'espace - modifier la durée - changer de jambe	VOLTE FACE Situation de départ Le départ du jeu est le même que pour « la crêpe » But du jeu L'enfant allongé sur le ventre doit se tourner pour se mettre sur le dos. Changer de rôles. Variantes - 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 : moins de 5 s de 5 à 9 s 10 s			- ne pas cumuler les points - ne prendre en compte que l'avantage le plus élevé		
Rencontre n°	adversaire	3 points	7 points	10 points			
1							
2							
3							
4							
5							
A chaque rencontre : 1 arbitre, 1 chronométreur (immobilisation), 1 secrétaire 1 fiche pour chacun des lutteurs							