



JEUX DE LUTTE JEUX D'OPPOSITION

Pour le cycle I

Ce dossier est une boîte à outils pour les enseignants de cycle I qui souhaitent pratiquer cette activité en classe.

La commission maternelle travaille sur ce thème tout au long de l'année scolaire 2006-2007 et va maintenant organiser des modules pour les différents niveaux de la maternelle.

Les jeux et exercices proposés sont exercés dans les classes des membres de la commission afin de pouvoir proposer des modules qui soient le plus adapté possible.

Ce document pourra être modifié en cours d'année.

DEFINITION

C'est une activité de confrontation duelle dans laquelle chaque adversaire a l'intention de vaincre, de s'imposer physiquement à l'autre, en respectant des règles et des conventions à la sécurité.

PASSER de POUSSER/TIRER



à

contrôler, saisir,

déséquilibrer un partenaire.

SECURITE

- ▷ Sol adapté aux exercices proposés (sable... herbe... sol souple... moquette... tapis...tatami)
- ▷ Avoir une tenue adaptée : tenue proche du corps et solide (genoux couverts)
A éviter jeans, robes, shorts.
- ▷ Enlever lunettes, barrettes, bijoux, objets dans les poches. Tout ce qui peut faire mal à l'autre, mais aussi à soi.
- ▷ Avoir les cheveux attachés.
- ▷ Ne pas faire mal à l'autre (pincer, étrangler, tirer les cheveux).
- ▷ Ne pas se faire mal
- ▷ Ne pas se laisser faire
- ▷ Activité non violente. Respect de son adversaire.
La confrontation n'est autorisée que sur le tapis.

Se respecter :
se saluer
avant
et
après le combat

Avec les petits
C'est à intégrer
dans le rituel

RITUELS et ESPACE JEU

- ▷ Prendre des repères par rapport à l'espace
 - . Intérieur / Extérieur du tapis
 - . Place sur le tapis (repères visuels)
 - . Position à genoux ou assis

- . Importance du rituel pour ce type d'activités.
Symboliser un tapis carré.
 - si ce sont des tapis c'est facile
 - sur moquette ou sol souple marquage au sol (scotch qui délimite l'espace)

- Concevoir un espace de jeu plutôt carré.

- Prévoir de mettre le même nombre d'enfants de chaque côté.

	X	X	X	X	X	
	2	1	2	1	2	
O 1						1
-						
O 2						2
-						
O 1						1
-						
O 2						2
-						

- Symboliser l'emplacement que devra prendre l'enfant.
Chaque côté a un repère.
Alterner 1 – 2 ou une couleur. (suivant l'âge)
Ex : rouge/bleu.
Ceci pour les exercices où il faut moins de monde.
On ne pendra qu'un enfant sur deux.

LES JEUX DE LUTTE

► **LA DEMARCHE**

Les jeux de lutte constituent une activité originale ayant pour difficulté essentielle la simultanéité de l'attaque et de la défense. Elle peut se définir comme un affrontement individuel en corps en corps mobilisant des ressources motrices (parvenir à agir sur l'adversaire), affectives (oser agir sur l'autre), cognitives (choisir des stratégies pour être efficace).

L'élaboration d'un module d'apprentissage cohérent nécessite d'analyser les capacités des enfants en fonction de leur âge et des ressources dont ils disposent. (voir tableau)

Proposés à l'école, les jeux de lutte contribuent à la construction de la compétence « s'opposer individuellement ou collectivement » qu'il convient d'ajuster à chacune des étapes :

- ⇒ cycle 1 : s'opposer individuellement
- ⇒ cycle 2 : rencontrer un adversaire
- ⇒ cycle 3 : affronter un adversaire

La mise en œuvre de situations adaptées implique, pour chaque cycle, le respect des repères pédagogiques définis et le choix de situations pertinentes.

Il conviendra d'adapter ces situations en fonction des difficultés rencontrées par les élèves par un choix judicieux des variables « facilitantes » ou « complexifiantes » du point de vue de l'attaquant ou du défenseur, en fonction du déséquilibre ou de l'investissement dans chacun des rôles.

*EPS 1 - N° 115
Novembre/Décembre 2003*

DES RESSOURCES DE L'ENFANT... AUX COMPETENCES A ATTEINDRE

DOMAINE MOTEUR

<p>Des ressources de l'enfant ...</p> <p>⇓</p> <p>... aux compétences à atteindre.</p>	<p>CYCLE 1</p> <p>L'équilibre est fragile et précaire. L'enfant s'engage pleinement dans une seule action à la fois, sur un temps très court. Il retrouve facilement le sol,</p> <p>⇓</p> <p>Rechercher différents appuis et équilibres. Développer des actions motrices (tirer, pousser, retourner, immobiliser, déséquilibrer, saisir, attraper) Entrer dans le combat et se positionner par rapport à l'adversaire.</p>
--	--

DOMAINE AFFECTIF

<p>Des ressources de l'enfant ...</p> <p>⇓</p> <p>... aux compétences à atteindre.</p>	<p>Il s'engage avec plaisir dans l'action qu'il aime répéter. L'action prime sur le sens de la victoire ou de la défaite. Il aime le contact avec le sol, avec l'autre et la mixité ne le gêne pas. L'affrontement reste individuel même dans des actions collectives.</p> <p>⇓</p> <p>Accepter un rôle.</p>
--	--

DOMAINE COGNITIF

<p>Des ressources de l'enfant ...</p> <p>⇓</p> <p>... aux compétences à atteindre.</p>	<p>Il comprend des règles simples (de jeu, de sécurité) Il n'assume qu'un rôle à la fois ! Il sait évaluer le résultat de son action selon des critères simples. Il recherche l'amélioration.</p> <p>⇓</p> <p>Comprendre le but de l'action et la poursuivre. S'adapter aux contraintes de l'espace d'action et du temps du combat.</p>
--	--

EPS 1 - N° 115
Novembre/Décembre 2003

« JEUX DE LUTTE EN MATERNELLE »

Organisation de la boîte à outils

- ▷ **Jeux de mise en route**

- ▷ **Jeux de coopération**
Il s'agit pour l'enfant de prendre contact avec un environnement particulier et de s'y adapter. L'autre est partenaire.

- ▷ **Jeux d'opposition** (conquête d'engins)
La notion d'adversaire commence à apparaître.
Les jeux vont permettre d'entrer en relation de plus en plus étroite.

- ▷ **Découverte d'actions organisatrices vers le combat**
Acquérir les fondamentaux de la lutte : esquive, feinte, attaque, s'équilibrer.
 - déséquilibrer
 - faire sortir de l'espace
 - fixer au sol.

MISE EN ROUTE

▷ LE MICROBE

- ◇ Un élève «microbe» à 4 pattes
- ◇ Les autres élèves «sains» debout

Ne pas se faire toucher

Au signal le «microbe» doit toucher les élèves debout «sains».

Quand un enfant est touché il devient aussi microbe.

Rester «sain» le plus longtemps possible.

ESPACE A VARIER EN FONCTION DE L'AGE ET DU NOMBRE

▷ «TOUS LOUPS – TOUS MOUTONS»

- Même espace de jeu que pour le «microbe».
- Consigne : à mon signal, il faut toucher la tête (ou le pied ou le genou... c'est l'enseignant qui choisit la partie du corps).
Il fait le geste pour que chacun ait le même repère.

**Toucher
Ne pas se faire toucher**

**Avec des petits, privilégier le 4 pattes.
Quand les enfants sont habitués, on peut le faire debout**

- Beaucoup plus difficile que le microbe car double objectif.
- Essayer de toucher et en même temps ne pas se faire toucher.

▷ SUR LE TAPIS S'ENROULER, SE DEROULER (travail du dos)

▷ ANIMAUX: CHATS, ARAIGNEES, CHIENS ??? S'ETIRER, DOS ROND, DOS CREUX

▷ A 4 PATTES - VARIER LES APPUIS DES MAINS.

▷ PIED DE SERPENT

Marcher sur le pied de son camarade

- ◇ Face à face.
- ◇ Espace réduit. Au signal essayer de marcher (sans appuyer fort).
On peut dire «toucher avec son pied» le pied de son camarade.

▷ «CHUTE»

Se déplacer (marcher surtout avec les tous petits) et se laisser tomber

- ◇ Debout
à 4 pattes
à genoux
- } se déplacer ⇒
- ◇ Tomber
 - . sur le dos
 - . sur le côté
 - . sur le ventre

▷ «2 de CHUTE»

Accepter de se faire bousculer pour tomber

- ◇ Par 2
 - Un enfant immobile (A)
 - Un enfant en mouvement (B)
 - Au signal, B pousse A pour qu'il tombe.
 - . debout
 - . à genoux (privilégier)
 - . à 4 pattes

▷ FILET DU PECHEUR

Les poissons essaient de sortir du filet.

- ◇ 1 cercle de 6 – 10 enfants «les pêcheurs», ils se tiennent la main.
- ◇ 4 – 5 enfants «poissons» sont au milieu.
Au signal, les poissons essaient de sortir du cercle.
Moyens : par dessus
par dessous
entre les jambes
déséquilibrer.

▷ LES CROCODILES

Faire chuter un partenaire

- ◇ Dans un espace délimité.
- ◇ 1 crocodile à 4 pattes, il doit se saisir des jambes (les 2) des chasseurs et essayer de les faire tomber.
- ◇ Les chasseurs ne peuvent se déplacer qu'en faisant glisser leurs pieds (interdit de lever les pieds en encore plus de sauter).
- ◇ Saisir les deux jambes = ceinture les jambes.

▷ POUSSE/POUSSE

Déplacer son partenaire

- ◇ Par binôme, pousser l'autre avec différentes parties du corps (dos à dos, mains à mains, pieds à pieds, côte à côte... assis, à genoux, allongé...)

JEUX DE COOPERATION

▷ LA CHENILLE

En PS	par 2 ou 3
En MS	par 4
En GS	5 – 6

**Se déplacer en restant
attaché à l'autre**

- ▷ Se déplacer sur le tapis (ne pas sortir de l'espace réservé à l'activité)
à 4 pattes en tenant les pieds de l'autre.

- proposer tout l'espace – déplacements libres
- relais en ligne droite
 - chenilles en parcours (slalom – boucle...)

▷ LA RIVIERE ET LES ROCHERS

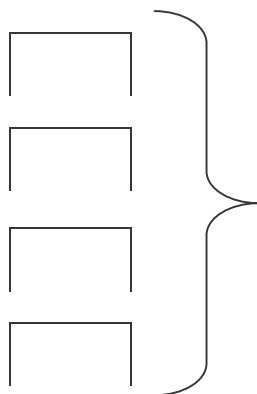
**Traverser la rivière en
passant sur les rochers**

- ▷ 4 enfants allongés sur le sol, côte à côte (pas de vide entre eux).
Le cinquième s'allonge sur le pont (les enfants allongés) et traverse la rivière
sans se faire mouiller en rampant.
Arrivé de l'autre côté, il s'allonge à son tour. Le 1^{er} du pont prend sa place.
3 à 4 enfants maximum en PS/MS
Augmenter le nombre en GS.
- ▷ Faire de même avec des enfants en boule au sol, tête bien rentrée.
(ce sont des rochers)
Se déplacer sur les rochers pour traverser la rivière.
Attention : les rochers ne doivent pas s'écrouler (bras bien tendus –corps tonique)

▷ DESSOUS - DESSUS (circuit)

- 1 – Se déplacer en rampant en passant sous le pont (le pont est symbolisé par des enfants à 4 pattes).
- 2 – Passer sur le pont (enfants allongés au sol, côte à côte)
- 3 – Passer dessous le pont (enfants à 4 pattes)
- 4 – Passer dessus le pont (enfants en boule)

▷ RAMPER SUR LE DOS



Enfants à 4 pattes. Ramper sur le dos et passer dessous le pont

▷ LES DEMENAGEURS

2 équipes face à face.

{ Equipe 1 : les meubles
Equipe 2 : les déménageurs

**Transporter le mobilier
d'une maison à l'autre.**

- L'équipe 1 mime les meubles (prendre une position et la garder)
 - lit (allongé au sol)
 - table (à 4 pattes)
 - horloge (debout)
 - chaise (assis par terre)Les enfants gardent la position (ne pas bouger)
Sélectionner 1 ou 2 positions faciles en PS
Laisser plus de liberté aux plus grands.
- L'équipe 2 – Au signal les enfants courent pour aller chercher les meubles
Ils doivent les transporter sans modifier leur position (attitude).

Pousser
Tirer
Rouler
Porter

Verbes d'action pour le transport des meubles.

▷ SI J'ETAIS

Par 2. L'un mime, l'autre doit manipuler son camarade pour le déplacer.

Si j'étais « un rondin de bois...

1 enfant mime le rondin

l'autre cherche la meilleure solution pour déplacer le rondin

Si j'étais une boule de neige...

Si j'étais un tapis...

Etc...

JEUX D'OPPOSITION PAR LA CONQUETE D'ENGINS

▷ LA CONQUETE DU FOULARD

Attraper le foulard le plus vite possible

- ◇ Face à face - Un foulard passé dans la ceinture (dos)
- ◇ Au signal, essayer d'attraper le foulard de son partenaire sans se faire prendre le sien.

P.S. avec les petits,

1 seul objectif : attraper le foulard

ou

Ne pas se faire prendre le foulard.

(1 seul des 2 enfants a 1 foulard).

Variantes :

- Réduire l'espace de jeu.
- Jouer en collectif (voir jeu «tous loups, tous moutons»)
- Varier la place du foulard (cheville – devant – derrière)
- Varier les effectifs – 2 – 3 joueurs.
- Varier le positionnement (à genoux, à 4 pattes).

▷ LES PINCES A LINGE

Attraper les pinces à linge sans se faire prendre les siennes

- ◇ Au signal, attraper le plus de pinces à linge de son partenaire.

Variantes :

- Varier le nombre de pinces à linge.
(voir aussi en fonction des âges – pour les plus jeunes 2/3 maximum).
- Varier les modalités de prise (main droite / main gauche).
- Jouer sur les couleurs des épingles (attribuer des valeurs aux épingles).

▷ LES SINGES ET LA PASTÈQUE

Conquérir le ballon

- ◇ Deux enfants « singes » tiennent le ballon « pastèque » ensemble.

- ◇ Les enfants sont :
 - . à genoux (espace délimité)
 - . assis
 - . accroupis.

Variantes :

- Au départ le ballon est entre les enfants (personne ne le touche).
- Jouer à plusieurs (forme béréte).

▷ «ET ... TOUCHE»

Dans un cercle de diamètre de 4 – 5 m .

Situation 1: Par 2 - A avec ballon
B sans ballon

Toucher son camarade avec le ballon

Au signal, A doit toucher B ; B esquive.

Situation 2: A et B ont un ballon
Les 2 doivent toucher
Les 2 doivent esquiver.

Ne pas lancer le ballon

Variantes : - Varier la cible (tronc – épaules – cuisses – pieds)
- Varier la position (debout – accroupis – à genoux).

▷ LA LIMACE

**La limace doit récupérer la salade.
Le jardinier doit faire obstruction.**

- ◇ Tracer un cercle au sol. Placer un foulard «salade» à l'extérieur.
- ◇ La limace est allongée sur le ventre dans le cercle.
- ◇ Le jardinier est à genoux à côté.
- ◇ Au signal, la limace rampe vers la salade, le jardinier essaie d'empêcher la limace de progresser.

▷ LA CONQUETE DU TRESOR

Conquérir un trésor et le ramener dans son camp

- ◇ 2 enfants se font face (à genoux). Entre eux le trésor « enfant neutre ».
- ◇ Au signal, chacun essaie de ramener le trésor.
« enfant neutre » - enfant en boule, il reste tonique.

Bien établir les règles de sécurité

▷ LA TORTUE ET LE JARDINIER

**Le jardinier renverse la tortue (à genoux)
La tortue reste à 4 pattes.**

Consignes : - La tortue doit rester dans sa zone (cercle tracé à la craie).
- Démarrer et s'arrêter au signal.

- Rechercher différentes manières de se retourner.
- Aller au corps à corps
- Supprimer les appuis de la tortue.

▷ LES CERCEAUX BRULANTS

**Pousser ou tirer son adversaire pour qu'il mette
un pied dans le cercle**

Consignes : - Debout
- Commencer l'assaut au signal (visuel/sonore ; à varier)
- Respecter la zone (le cercle).

Sécurité :

- **Ne pas lâcher prise**

- Bien se tenir par les poignets.

- **Maîtriser son équilibre
Apprécier celui de l'autre**

Remédiations possibles : - abaisser le centre de gravité
- changer de binôme
- varier les saisies.

▷ L'ŒUF, LA POULE et LE RENARD

- Enchaîner des actions différentes pour surprendre son adversaire
- Gérer un rapport de force.

**Pour le renard : prendre l'œuf de la poule
Pour la poule : ne pas se faire voler son œuf**

Consignes : - La poule, à 4 pattes, doit rester dans sa zone et ne doit pas se relever (cercle au sol)
- Le renard (à genoux) doit s'emparer de l'œuf (1 ballon).

Variante : - Le renard a les yeux bandés.

▷ LA BOUTEILLE AU CERCLE

**Renverser et immobiliser son adversaire
sans faire tomber la bouteille.**

- Rechercher les différents moyens d'amener l'adversaire au sol.

Variante : - Chercher à faire toucher la bouteille par l'adversaire,
à le pousser hors du cercle.

A genoux, dans un cercle

▷ CARAPACE

**Retourner la tortue
(rechercher les différents modes de retournement de
l'adversaire)**

délimiter l'espace.

- Les tortues (rouges) se déplacent sur le ventre en rampant sur le ventre «4 à 5 »
«3 ou 4» (bleues) cherchent à les retourner sur le dos.
- La dernière tortue qui reste sur le ventre gagne le jeu.

Variante : * Pas de supériorité numérique.

Attention : pas de saisie par la tête

▷ SAUVE-TOI

Saisir et maintenir l'adversaire

- Les joueurs sont dos à dos. Les rôles sont identifiés. Au signal, l'un des joueurs se sauve à 4 pattes, l'attaquant doit le retenir en le maintenant contre son corps (immobiliser)
- Changer les rôles.

EVALUATIONS

L'ELEVE COOPERE-t-il ?

«COOPERATION »

- ▷ Il s'organise avec un ou plusieurs partenaires.
- ▷ Il accepte le contact de l'autre.
- ▷ Il coordonne ses mouvements à ceux des autres.
- ▷ Il s'investit dans une action collective.
- ▷ Il connaît et respecte la règle.
- ▷ Il connaît plusieurs verbes d'actions.

L'ELEVE EST-IL CONQUERANT

«OPPOSITION»

- ▷ Il prend l'initiative.
- ▷ Il sait se positionner/à l'adversaire.
- ▷ Il sait se défendre d'une ou plusieurs façons ;
- ▷ Il feinte.
- ▷ Il établit le contact.
- ▷ Il tient différents rôles (arbitre – chronométreur – observateur).

L'ENFANT ENCHAINE-T-IL DIFFERENTES ACTIONS ?

« ACTIONS ORGANISATRICES »

- ▷ Il engage son corps dans l'action.
- ▷ Il choisit les actions les plus efficaces.
- ▷ Il prend des informations/aux déplacements de l'adversaire.
- ▷ Il conserve son équilibre.

L'ENFANT S'ENGAGE-T-IL DANS UN CORPS A CORPS ?

«COMBAT»

- ▷ Il utilise le poids de son corps.
- ▷ Il est mobile au niveau des appuis.
- ▷ Il déséquilibre son adversaire en gardant son équilibre.
- ▷ Il sait s'organiser (individuellement – collectivement).

