

MODULE D'APPRENTISSAGE «LUTTE» EN CYCLE 1

LOGIQUE DE CE MODULE D'APPRENTISSAGE :

Le parti pris est de proposer un enchaînement de séances suivant une progressivité qui nous paraît appropriée à des élèves de cycle 1.

Les dernières séances laissent une grande place à la situation de référence avec des propositions d'aménagements pour travailler la stratégie et la vitesse de jeu.

Afin de mieux connaître la pratique sociale de référence, il nous paraît important de visionner en classe des vidéos avant et pendant la mise en place du module.

Canevas d'une séance :

MISE EN TRAIN (20MIN)

OBJECTIF : Entrer dans l'activité et travailler des habiletés motrices

1. Échauffement de toutes les articulations : connaître et nommer les parties de son corps
2. Courses bizarres :
Marche en canard – à 4 pattes – sauts de grenouille – en rampant – en rampant sur le dos – à 4 pattes corps inversé – la chenille par 2- en canard dos à dos par 2 ...
3. Manipuler son partenaire :
Par 2. L'un se laisse faire. L'autre doit le manipuler dans tous les sens : le mettre assis, en boule, sur le dos, à plat ventre, le tirer, pousser, faire rouler...

SITUATION D'APPRENTISSAGE (15min)

OBJECTIFS : Améliorer les habiletés techniques et la prise d'information des élèves pour répondre au

SITUATION DE REFERENCE (15min)

OBJECTIFS : réinvestir les apprentissages, évaluer les progrès des élèves

Organisation du module :

L'organisation du module est donnée de manière à laisser une certaine liberté dans le choix de la progressivité, qui peut se construire au fil des séances, en suivant l'ordre d'apparition des difficultés des élèves.

Cependant, nous proposons trois grands temps chronologiques (découverte de l'activité, structuration, pour aller plus loin).

La séance de découverte « découvrir la pratique de référence » est destinée à être menée en début de module, permettant une entrée dans l'activité adaptée à tous les élèves. Elle nous semble être incontournable.

Enfin, dans la mesure du possible, nous vous conseillons de veiller à démarrer votre module par des jeux collectifs pour aller vers les jeux d'oppositions individuels.

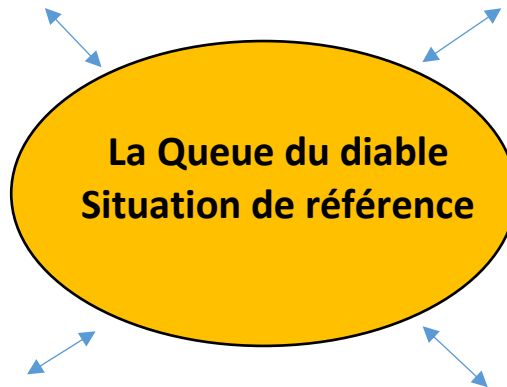
Découverte

Visionner en classe une vidéo
Objectif : « Découvrir la pratique sociale de référence : la queue du diable »

[Lien vidéo](#)

Structuration

Situations d'apprentissage
Objectifs : « Accepter le contact avec le sol, son adversaire »




Situation d'apprentissage :
Objectif : « Se reconnaître attaquant et défenseur »

Pour aller plus loin

Séances suivantes :
« Élaborer une stratégie pour... Retourner, attaquer, défendre »

Présentation de la situation de référence de la « queue du diable »


CONSIGNES	BUT	DISPOSITIF	CRITERES DE REUSSITE
<p>Attraper la queue du diable de son adversaire le plus de fois en 1 min (1 point par prise).</p> <p>Se remettre en position de départ au centre de l'aire de lutte après chaque prise.</p>	<p>Voler le plus de fois possible, la (ou les) queue(s) du diable de son adversaire.</p>	<p>Une aire carrée de 2 à 3 m de côté</p> <p>2 marques de départ</p> <p>Un défenseur, un attaquant</p> <p>Un foulard (ou 2) positionné sur les hanches ou derrière</p> <p>Un chronomètre ou un sablier</p>	<p>Sur la séquence d'1min, je réussis à attraper 2 fois au moins la queue de mon adversaire.</p> 

COMMENT FAIT-ON ?

- **Accepter** la règle d'or : ne pas faire mal et ne pas se faire mal
Pas de saisies au cou - à la tête / Pas de coups frappés (pieds, poings) / Ne pas se pincer, mordre, tirer les cheveux, s'agripper aux vêtements mais saisir une partie du corps / Ne pas porter de bijoux / Avoir les ongles courts.
- **Accepter** de changer d'adversaire, de gagner et de perdre, de tomber au sol, d'être immobiliser, d'entrer en contact avec l'autre.
- **Attaquant** : Feinter, plonger, harceler, réduire l'espace de son adversaire
- **Défenseur** : Se tenir buste et bras en avant / Rechercher des espaces libres
Esquiver : s'écarter, tourner, se baisser
Saisir, détourner, repousser les mains, le corps, barrer, bloquer les bras

Séance : « Accepter le contact avec le sol, son adversaire »

vous constatez des problèmes affectifs avec le sol, les contacts...

CONSIGNES	BUT	DISPOSITIF	CRITERES DE REUSSITE
<p>« Les loups et les requins » L'enseignant constitue une équipe de loups et une équipe de requin. Chaque fois que le narrateur prononce « requin » ou « loup », l'équipe concernée doit regagner son camp. Les autres se retournent et poursuivent leurs adversaires à 4 pattes en tentant de les immobiliser au sol. On comptabilise les prises.</p>	<p>Empêcher son adversaire de regagner son camp</p>	<p>2 équipes de 6 joueurs à 4 pattes, dos à dos de part et d'autre d'une ligne. 1 camp face à chaque équipe.</p>	<p>J'immobilise mon adversaire 2 fois sur 3</p>
<p>« Chacun chez soi » Position de départ : 2 élèves dos à dos, positionné au centre de l'aire de lutte Chaque joueur doit faire sortir son adversaire de l'aire de jeu uniquement en poussant avec le dos. Séquence de 30 secondes Évolution du jeu : mettre les élèves face à face, départ en se saisissant les mains</p>	<p>Faire sortir son adversaire du terrain</p>	<p>Plusieurs aires de jeu de 2M par 2M. 2 joueurs et un arbitre (maître du temps).</p>	<p>Je fais sortir mon adversaire du terrain dans le temps imparti 2 fois sur 3.</p> 

COMMENT FAIT-ON ?

Pour simplifier :


Limiter l'espace des attaquants
 Réduire l'aire de jeu
Ne donner qu'un seul rôle

- **Saisir** : bras, jambes, ceinture, torse
- **Retenir** : avec les mains, à bras le corps
- **Déséquilibrer** : tirer, pousser, tirer et pousser, soulever, porter, faire tourner
- **Immobiliser** : peser sur l'adversaire, écraser au sol en recouvrant le corps, fixer les membres, combiner les actions

Pour aller plus loin :

Agrandir l'aire de jeu

Séances : Se reconnaître attaquant ou défenseur

CONSIGNES	BUT	DISPOSITIF	CRITERES DE REUSSITE
<p>« Voler l'œuf de la tortue » Sur des séquences de 30secondes. Le voleur doit retourner la tortue et prendre son œuf.</p>	<p>Voler l'œuf de la tortue pour marquer un point</p>	<p>Plusieurs aires de lutte de 2m de côté Sur chaque aire : 1 tortue avec un ballon / 1 voleur / un arbitre</p>	<p>Je récupère l'œuf 2 fois sur 3</p> 
<p>« La rivière au crocodile » Les crocodiles se placent dans la rivière. Chaque chasseur se place face à un crocodile. Au signal, les chasseurs tentent de traverser la rivière, les crocodiles les en empêchent en s'enroulant autour d'eux et essaient de les immobiliser au sol.</p>	<p>Traverser la rivière ou empêcher de traverser la rivière</p>	<p>2 groupes de 6 joueurs à 4 pattes. Une bande de tapis (la rivière).</p>	<p>Mes actions correspondent à mon rôle</p>

COMMENT FAIT-ON ?

Attaquant :

- **Saisir** : bras, jambes, ceinture, torse
- **Retenir** : avec les mains, à bras le corps
- **Déséquilibrer** : tirer, pousser, tirer et pousser, soulever, porter, faire tourner
- **Immobiliser** : retourner, écraser au sol en recouvrant le corps, fixer les membres, combiner les actions

Défenseur :

- **Esquiver** : s'écarter, tourner, repousser détourner bloquer les mains ou les bras, se baisser, sauter, rouler
- **Résister** : détourner, repousser, s'opposer, contre attaquer
- **Se dégager** : saisir, repousser, pivoter, se retourner

Pour simplifier :

Positionner la tortue sur le dos
 Agrandir la « rivière » au crocodile

Pour aller plus loin :

Autoriser la tortue à se déplacer
 Réduire la rivière au crocodile

Apprentissages Langagiers Lutte Cycle 1

N1 L'enseignant utilise le lexique et la syntaxe les plus adaptés dans l'action et en ateliers de langage		N2 Les élèves utilisent lexique et syntaxe dans le même contexte	N3 Les élèves utilisent lexique et syntaxe dans un autre contexte
APPRENTISSAGES LEXICAUX			
Noms	Partenaire, adversaire, attaquant, défenseur, terrain, limites, sorties, règles, fautes...		
Verbes	Coopérer, toucher, rouler, accrocher, porter, tirer, pousser, ramper, saisir, résister, protéger, défendre, attaquer, soulever, se dégager, immobiliser, déséquilibrer, retourner, peser...		
Adjectifs	Facile/difficile, dur, rusé, malin, rapide/lent, fort, mou...		
Adverbes	Avant, après, vite, lentement, ensuite, puis, rapidement, longtemps Gauche, droite, devant, derrière, dessus, dessous, sur, sous, en avant de, en arrière de, face à, en face de, au milieu de, au centre de, entre, à côté de, loin, près, proche de, à l'intérieur de, à l'extérieur de...		
APPRENTISSAGES SYNTAXIQUES			
Pour + infinitif Pour ... je dois /	<i>Pour ne pas me faire immobiliser je dois éviter d'être sur le dos</i> <i>Pour immobiliser mon adversaire je dois « peser » sur lui</i> <i>Je dois faire sortir mon adversaire de sa maison...</i> <i>Je dois résister pour rester dans ma maison</i>		
Qui relatif ; relatives en que et où	<i>Je me dégage de l'adversaire qui essaie de m'immobiliser</i> <i>Je tire ou je pousse mon adversaire que je dois faire sortir de la maison</i> <i>Je dois attraper le foulard qui est dans le dos de mon adversaire</i>		
Il faut / il ne faut pas + infinitif	<i>Il faut empêcher l'adversaire de sortir du camp</i> <i>Il ne faut pas que je reste immobilisé plus de 3 secondes</i>		
Relations de causalité : Parce que ; Je...parce que... Si..., alors.... Quand...,	<i>Je pousse mon adversaire parce que je veux le déséquilibrer</i> <i>S'il me pousse alors je le tire pour le déséquilibrer</i> <i>S'il me tire alors je le pousse pour le déséquilibrer</i>		
Questions indirectes (appelant une réponse autre que oui ou non) Si, ce que, où, qui, ce qui, quand, comment, pourquoi...	<i>Quand le jeu est-il terminé ?</i> <i>Comment l'attaquant s'y prend-il pour immobiliser son adversaire ?</i>		
Construction de la négation	<i>Je n'ai pas le droit de lui faire mal lorsque j'immobilise mon adversaire</i>		
D'abord..., puis..., puis...	<i>D'abord je saisis mon adversaire puis je le pousse puis je le tire pour le déséquilibrer</i>		

Équipe départemental EPS 64