

**LUTTER, c'est combattre l'adversaire en contrôlant son agressivité, dans le respect des règles du jeu et de la sécurité ; en maîtrisant ses émotions dans la défaite comme dans la victoire et en y éprouvant du PLAISIR.**

**Un module d'apprentissage « jeux de lutte aux cycles 1 et 2 »** est disponible sur le site de la circonscription de St Jean de Luz : [http://webetab.ac-bordeaux.fr/Primaire/64/IENStJeanDeLuz/eps/fichiers/jeuxdelutte\\_C1C2.pdf](http://webetab.ac-bordeaux.fr/Primaire/64/IENStJeanDeLuz/eps/fichiers/jeuxdelutte_C1C2.pdf)

Les principes de la lutte y sont rappelés, une organisation de classe ainsi que des situations d'apprentissage sont proposées et une grille d'évaluation est fournie.  
*Il sera utile de relire aux enfants les règles d'or énoncées dans ce document.*

### **La rencontre**

- 1) Tous les enfants portent une tenue adéquate pour pratiquer, en sécurité, cette activité : les fillettes ont les cheveux attachés, les enfants ne portent pas de bijou ou de montre qui pourraient les blesser ou blesser leur adversaire ; les collants et les robes ne sont pas recommandés.
- 2) Les élèves combattront pieds nus, pour avoir des appuis solides au sol.
- 3) Nous fonctionnerons sur le principe des montantes/descendantes.

*Exemple avec 60 enfants répartis sur 10 surfaces de combat :*

- Chaque combat durera au maximum entre 30 et 40 s (je gérerai le temps) et sera arbitré par les élèves eux-mêmes.

Conventions à respecter : salut des lutteurs, signal du début du combat : « Allez », re-salut, désignation du vainqueur.

- Par terrain, 3 combats ont lieu (pour 6 lutteurs donc). Pendant que 2 enfants luttent, les 4 autres observent et arbitrent.

A la fin des 3 combats, on obtient 3 vainqueurs, 3 vaincus.

- Les 3 vainqueurs « montent » : les vainqueurs du terrain n°3 passent au terrain n°4. Les vaincus descendent du n°3 au n°2.

- Une autre phase de 3 combats commence sur l'ensemble des terrains.

*Le but pour chaque enfant est d'arriver, à la fin de la rencontre sur le terrain « le plus haut » (le n°10 si 10 terrains sont disponibles)*

Pour conserver une trace écrite de leur parcours, une fiche de marque sera renseignée (voir page suivante) : merci d'**amener des crayons !**

Un combat gagné rapporte 3 points, un match nul 2 points, un combat perdu 1 point.

### **Quelques conseils pour les jeux retenus**

***Règle de sécurité : J'entends « Stop ! », j'arrête le combat.***

- **Le sumo** : Position de départ : à genoux, face à face. But : Faire sortir son adversaire de la zone. Attention à la prise par les mains...
- **Retourner la tortue** : la tortue est **à genoux**, les mains posées au sol et la tête rentrée pour se protéger.  
But pour le chasseur : réussir à retourner la tortue **sur le dos**.  
But pour la tortue : résister au chasseur jusqu'à la fin du combat (30s).  
Règles : droit de bouger, en restant à genoux et sur la surface délimitée.  
Chaque enfant jouera alternativement les 2 rôles (chasseur et tortue).

Je reste à votre disposition pour des renseignements complémentaires.

A très vite !


# Rencontre « Jeux de lutte »



Prénom : \_\_\_\_\_

Combat gagné : **3 points**

Match nul : **2 points**

Combat perdu : **1 point.**

<b>Le sumo</b>						
	Combat 1	Combat 2	Combat 3	Combat 4	Combat 5	Combat 6

<b>La tortue et le chasseur</b>			
	Combat 1	Combat 2	Combat 3
	Combat 1	Combat 2	Combat 3

Le sumo : \_\_\_\_\_ points

La tortue et le chasseur : \_\_\_\_\_ points

**TOTAL :** \_\_\_\_\_ points