

Jeux de lutte - cycle I - Unité d'apprentissage



découvrir les règles et l'espace de jeu :

les règles d'or
Jeux de déplacement

accepter le contact corporel :

Jeux de coopération

- L'aveugle
- Les déménageurs
- la forêt
- Les rochers

entrer en opposition collective :

- Les hérissons
- le trésor
- La défense du château

LE DEFI

Situations d'opposition duelle :

reprise en combat
1 contre 1
des jeux :
le hérisson,
le trésor
la défense du château

apprendre à attraper, à tenir

Épervier et pigeons
La maman et le bébé

apprendre à tirer, pousser

Ours et le chasseurs

apprendre à retourner au sol

la tortue

apprendre à porter, soulever

le tapis rouge

Le tournoi :

défis duels
reprenant les différentes situations d'apprentissage

situations d'entrées dans l'activité
DECOUVRIR LES REGLES ET LES LIEUX

CONNAITRE LES REGLES DE SECURITE

Dans la classe

- ⇒ discussion sur la notion de « lutte » pour faire émerger les représentations des élèves et les différencier de l'activité scolaire (*la lutte n'est pas une " bagarre" pour régler des comptes, c'est un jeu qui obéit à des règles ...*)
- ⇒ explication et affichage des « règles d'or de la lutte »

Ne pas faire mal

(ne pas tirer les cheveux, étrangler, mordre, projeter au sol, tirer par les vêtements...)

Ne pas se laisser faire mal

(le signaler à l'arbitre en levant la main ou en criant « stop »

Dans la salle de jeux

- faire vider les poches et ôter tout ce qui pourrait blesser (*bijoux, barrettes volumineuses...*)
- quitter ses chaussures

PRENDRE POSSESSION DE L'ESPACE DE JEU

Dispositif :

enfants répartis sur l'espace de jeu (tatami ou tapis qui s'accrochent entre eux, surface idéale : 1 tapis pour deux enfants)

Jeux de déplacements

But de la tâche:

- ⇒ reconnaître et respecter l'espace de jeu
- ⇒ se rappeler et s'approprier les règles d'or

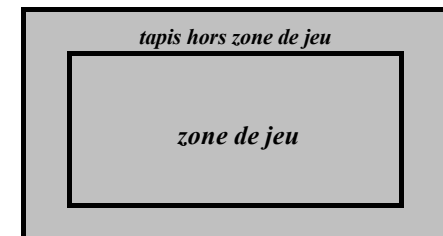
Règle : on ne sort jamais de la zone de jeu délimitée

Consignes:

- ⇒ courir sans se heurter en utilisant tout l'espace
- ⇒ idem avec déplacements à quatre pattes
- ⇒ idem (déplacements à 4 pattes) et au signal, rouler sur le côté
- ⇒ idem mais départ en deux groupes situés sur deux côtés opposés de la zone de jeu : les groupes se croisent sans se heurter
- ⇒ idem, mais lorsqu'on croise un camarade, l'un passe sous l'autre

Critères de réussite :

Les consignes sont respectées
Personne ne s'est fait mal



situations d'entrées dans l'activité
ACCEPTER LE CONTACT CORPOREL ET FAIRE CONFIANCE

L'AVEUGLE

Dispositif :

⇒ enfants par paires (un aveugle + un guide) réparties sur l'espace de jeu

But de la tâche:

- pour le guide, promener son aveugle dans l'espace de jeu
- pour l'aveugle, se laisser guider les yeux fermés

Règles :

- on reste dans la zone de jeu
- on ne heurte pas les autres joueurs
- on change de rôle et ou de partenaire au signal

Consignes:

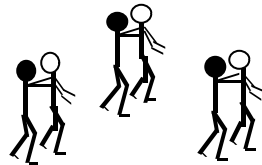
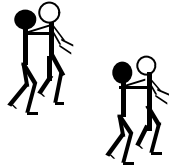
- le guide promène son aveugle (il peut changer de direction, aller plus ou moins vite mais ne doit jamais perdre son aveugle ou le mettre en danger)
- l'aveugle, placé derrière, tient son guide aux épaules et se laisse guider sans ouvrir les yeux

Critère de réussite :

Le guide et son aveugle ne se séparent pas

Variante :

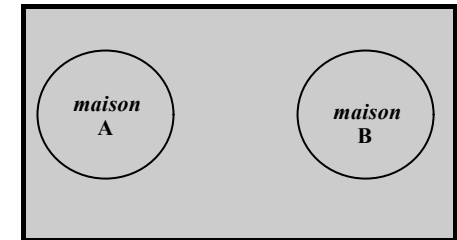
Le guide se place derrière et fait avancer l'aveugle en le poussant (mains à plat dans le dos)



LES DEMENAGEURS

Dispositif :

⇒ classe divisée en deux équipes :
les meubles et les déménageurs
⇒ deux zones « les maisons »
délimitées sur l'espace de jeu



But de la tâche:

- pour les déménageurs, transporter les meubles d'un maison à l'autre
- pour les meubles, garder leur forme d'une maison à l'autre

Règles :

- les meubles doivent être transportés avec prudence : on ne doit ni les déformer, ni les lâcher durant le voyage ni les laisser tomber à l'arrivée
- on change de rôle lorsque la tâche est terminée

Consignes:

- pour les meubles, choisir une forme de lit (couché), de fauteuil (assis sur ses talons bras repliés), de lampe (debout bras en couronne par ex), et ne plus bouger
- pour les déménageurs, se mettre à plusieurs pour transporter chaque meuble (faire plusieurs voyage). Si on est fatigué, poser le meuble doucement pour se reposer avant de poursuivre la tâche

Critères de réussite :

tous les meubles sont transportés. Ils ne sont pas déformés.

situations d'entrées dans l'activité
ACCEPTER LE CONTACT CORPOREL ET FAIRE CONFIANCE

LA FORET

Dispositif :

- ⇒ classe divisée en deux équipes : les arbres et les promeneurs
Les arbres sont dispersés sur l'espace de jeu (enfants 4 pattes, bras et jambes tendues et écartés).

Temps de jeu : 1 minute

But de la tâche:

- pour les promeneurs, se déplacer dans la forêt en passant dans les espaces libres (entre les bras, les jambes, sous le corps)
- pour les arbres, garder sa forme initiale

Règles : les promeneurs ne doivent pas faire tomber les arbres

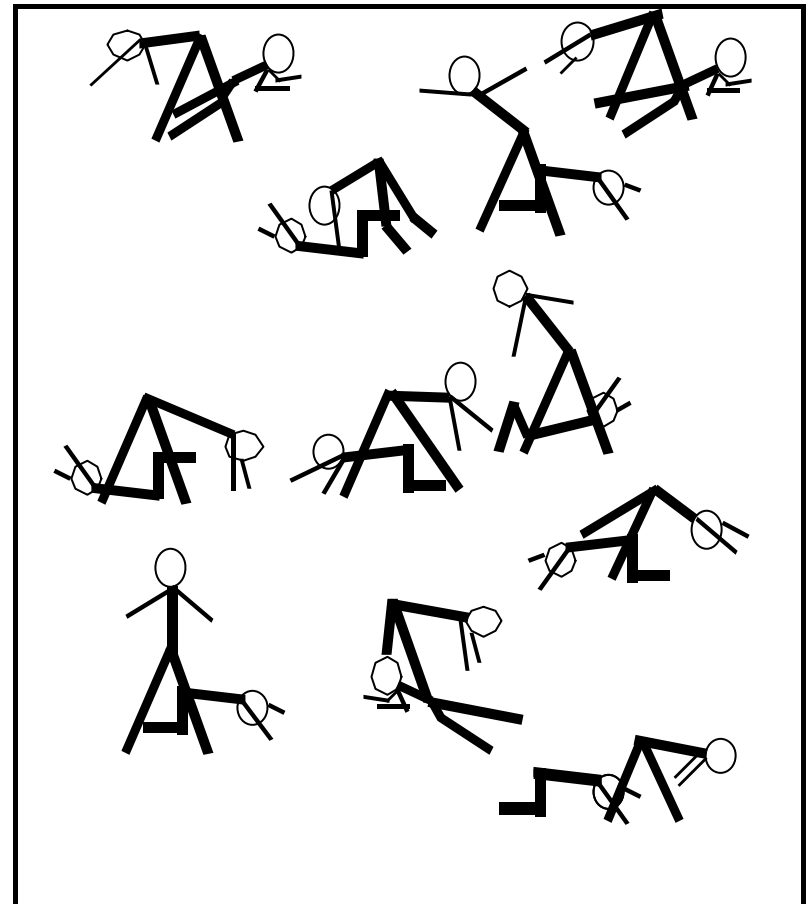
Consignes :

- pour les promeneur : au signal, traverser la forêt en passant sous le plus d'arbres possible jusqu'au top donné par l'enseignant
- pour les arbres : ne pas bouger du signal de départ au signal de fin

Critères de réussite : passer sous 5 arbres au moins dans le temps imparti

Variantes :

- Le parcours : peut s'effectuer à 4 pattes, sur le ventre, sur le dos,
- La hauteur des arbres : enfants en appui sur les pieds et les mains, sur les pieds et les coudes
- Le temps de jeu



situations d'entrées dans l'activité
ACCEPTER LE CONTACT CORPOREL ET FAIRE CONFIANCE

LES ROCHERS

Dispositif :

- ⇒ classe divisée en deux équipes : les rochers et les promeneurs
- ⇒ deux zones (départ et arrivée) délimitées

But de la tâche:

- pour les promeneurs, passer sur les rochers pour aller du départ à l'arrivée
- pour les rochers, ne pas bouger ni se déformer (être dur comme une pierre)

Règles :

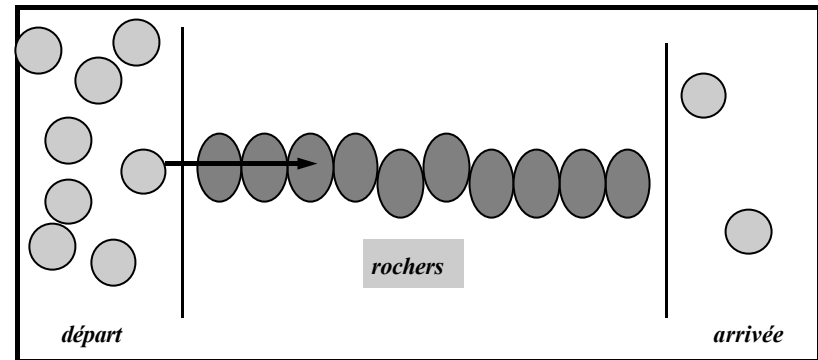
- les promeneurs traversent un par un : le suivant attend que son prédécesseur soit arrivé pour partir. On ne fait pas mal.
- quand tous ont traversé, on change de rôle

Consignes :

- pour les rochers : s'aligner en boule (tête rentrée) pour former un mur du départ à l'arrivée.
- pour les promeneurs : traverse à son tour en passant sur le mur soit en rampant (couché sur le ventre) soit à quatre pattes (en appui sur les genoux)

Critères de réussite :

- Les promeneurs arrivent à traverser sans toucher le sol
- les rochers gardent leur forme



situations d'entrées dans l'activité
ENTRER EN OPPOSITION COLLECTIVE

LES HÉRISSENS

Dispositif :

- ⇒ classe divisée en deux équipes : les hérissons et les voleurs d'épines. Chaque enfant hérisson s'accroche 3 épines à linge « les épines » :
- 1 devant, 1 sur le côté, 1 dans le dos (avec l'aide d'un copain)
- ⇒ au départ, seuls les hérissons sont dans la zone de jeu

Temps de jeu :

séquences de 20 secondes

But de la tâche :

- pour les voleurs d'épines : s'emparer d'un maximum d'épines,
- pour les hérissons essayer de ne pas se les faire prendre

Règles : rappel des « règles d'or »

- le jeu commence et s'arrête au signal de l'enseignant,
- on ne sort jamais de la zone de jeu
- changement de rôle à la fin du temps de jeu

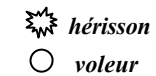
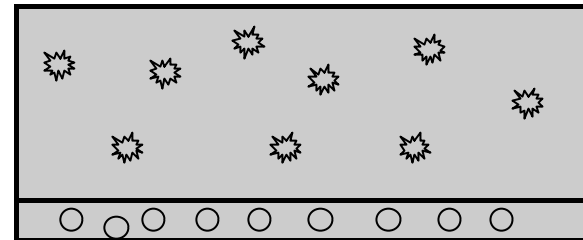
Consignes:

- au signal, les voleurs entrent dans la zone de jeu et essaient de prendre le plus possible d'épines.
- les hérissons essaient de bouger pour garder leurs épines. Ils n'ont pas le droit de les protéger en les tenant avec la main

Critères de réussite :

- chaque enfant compte le nombre d'épine qu'il lui reste ou qu'il a volé. Celui ou ceux qui en ont le plus (chez les voleurs et chez les hérissons) ont gagné.

Variante : les pinces à linges sont remplacées par des foulards ou rubans passés autour de la ceinture



situations d'entrées dans l'activité
ENTRER EN OPPOSITION COLLECTIVE

LE TRESOR

Dispositif :

- ⇒ classe divisée en deux équipes : gardiens du trésor et attaquants
- ⇒ zone de jeu délimitée
- ⇒ des coussins constituant le trésor

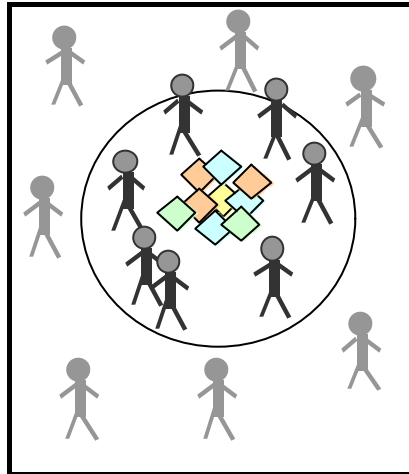
Temps de jeu : deux manches de 20 secondes

But de la tâche:

s'emparer du trésor ou le défendre

Règles :

- rappel des « règles d'or »
- le jeu commence et s'arrête au signal de l'enseignant
- changement de rôle à la fin de la première manche



Consignes :

- pour les attaquants : au signal, entrer dans la zone, prendre le plus de coussin possible et les ramener hors de la zone
- pour les gardiens, protéger le trésor, ne pas se le laisser voler

Critères d'évaluation : nombre de coussins volés par chaque équipe.

Variantes :

- objets du trésor (ballons, anneaux...)
- durée et espace de jeu
- positions de départ des joueurs (assis, à genoux...)

LA DEFENSE DU CHATEAU

Dispositif :

- ⇒ classe divisée en deux équipes : châtelains et attaquants
- ⇒ zone de jeu délimitée

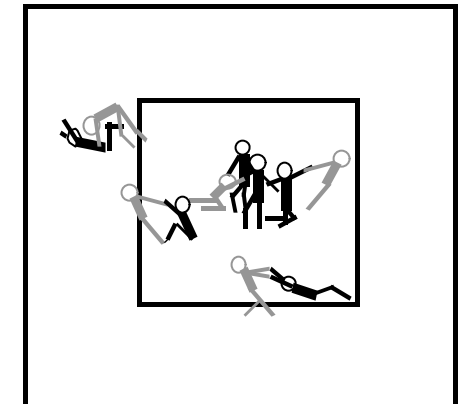
Temps de jeu : deux manches de 20 secondes

But de la tâche:

s'emparer du territoire en sortant l'équipe adverse le plus vite possible ou le défendre en restant à l'intérieur

Règles :

- rappel des « règles d'or »
- le jeu commence et s'arrête au signal de l'enseignant
- changement de rôle à la fin de la première manche
- un châtelain sorti ne peut revenir dans le château



Consignes:

- pour les attaquants : au signal, entrer dans la zone et sortir un maximum de châtelains avant le signal de fin de jeu
- pour les châtelains, s'organiser collectivement pour rester le plus longtemps possible dans le château

Critères d'évaluation : nombre de châtelains sortis par chaque équipe.

Variantes :

- durée et espace de jeu - positions de départ des joueurs (à genoux, assis)

situations d'apprentissage
APPRENDRE A ATTRAPER, A TENIR

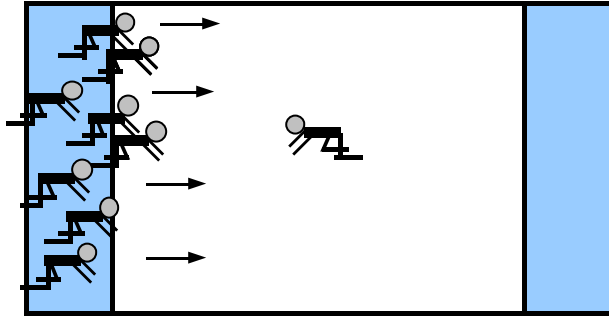
L'EPERVIER ET LES PIGEONS

Dispositif :

- ⇒ Départ : 1 épervier contre 8 pigeons
- ⇒ zone de jeu bien délimitée (voir schéma)

Temps de jeu :

il s'arrête quand tous les pigeons sont pris



But de la tâche:

- pour l'épervier : attraper et tenir un pigeon pour l'empêcher d'avancer
- pour les pigeons : traverser et atteindre la zone d'arrivée

Règles :

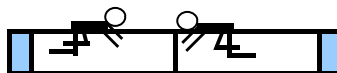
- rappel des « règles d'or »
- un pigeon attrapé devient à son tour épervier

Indices de progression:

- l'épervier se construit un projet de capture sur un élève reconnu comme plus facile à attraper
- le pigeon adopte des feintes (il varie sa trajectoire et son allure, se cache derrière les autres)

Variantes :

- même jeu à 1 contre 1 dans un couloir.
- pour gagner, on immobilise son adversaire ou on le pousse en touche



LA MAMAN ET LE BEBE

Dispositif :

- ⇒ travail par paires
- ⇒ zone de jeu délimitée (cercle de 4 m de diamètre au moins)

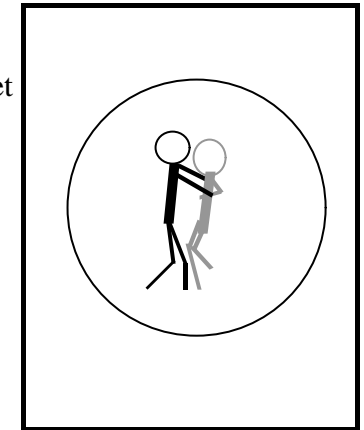
Temps de jeu : manches de 20 secondes

But de la tâche:

- pour la maman : tenir le bébé dans ses bras et ne pas le lâcher
- pour le bébé : essayer de s'échapper

Règles :

- rappel des « règles d'or »
- le jeu commence et s'arrête au signal de l'enseignant
- changement de rôle à la fin de la première manche



Critères de réussite :

- la maman gagne si au bout du temps, elle a conservé son bébé
- le bébé gagne s'il réussit à s'échapper et à sortir du cercle avant les 20 s

Indices de progression:

- la maman maintient sa prise quelque soit la position du couple (elle sait même l'adapter)
- le bébé cherche à créer un déséquilibre et ainsi à desserrer l'étreinte

Variantes :

- durée et espace de jeu - positions de départ des joueurs (à genoux, assis)

situations d'apprentissage

APPRENDRE A TIRER, A POUSSER

LES OURS ET LES CHASSEURS

Dispositif :

- ⇒ Départ : groupes de 8 élèves
- ⇒ zones de jeu bien délimitées (voir schéma)
- ⇒ Le maître chronomètre chaque partie

Temps de jeu :

Il s'arrête quand tous les ours ont été sortis de leur tanière.

But de la tâche:

- pour les chasseurs : s'organiser pour faire sortir tous les ours de la tanière
- pour les ours : s'organiser pour rester dans la tanière

Règles :

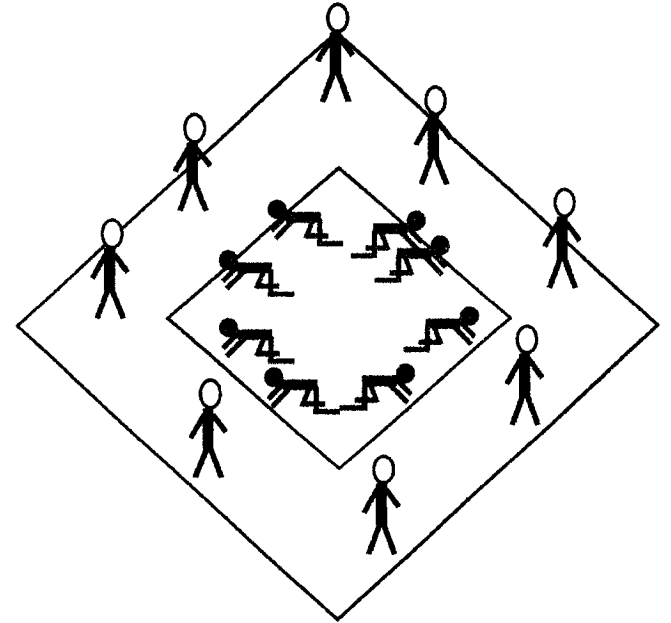
- Rappel des « règles d'or »
- Lorsqu'un ours est sorti, il ne peut revenir dans sa tanière (on est sorti lorsque plus une partie de son corps n'est en contact avec la tanière)
- Inversion des rôles à la fin de la partie

Indices de progression:

- Les chasseurs effectuent des saisies efficaces pour tirer ou pousser les ours hors de la tanières
- Les ours adoptent des stratégies d'évitement ou de contre attaque (exemple : ils cherchent à saisir les ours pour les tirer et les maintenir dans la tanière.

Variantes :

- Temps de jeu : sortir le plus d'ours possible en 20 secondes



situations d'apprentissage

APPRENDRE A RETOURNER AU SOL

LA TORTUE

Dispositif :

- ⇒ Départ : groupes de 2 élèves de corpulence identique, un debout (l'attaquant), un à quatre pattes (la tortue)
- ⇒ Le maître chronomètre chaque partie

Temps de jeu :

Séquences de 15 secondes

But de la tâche:

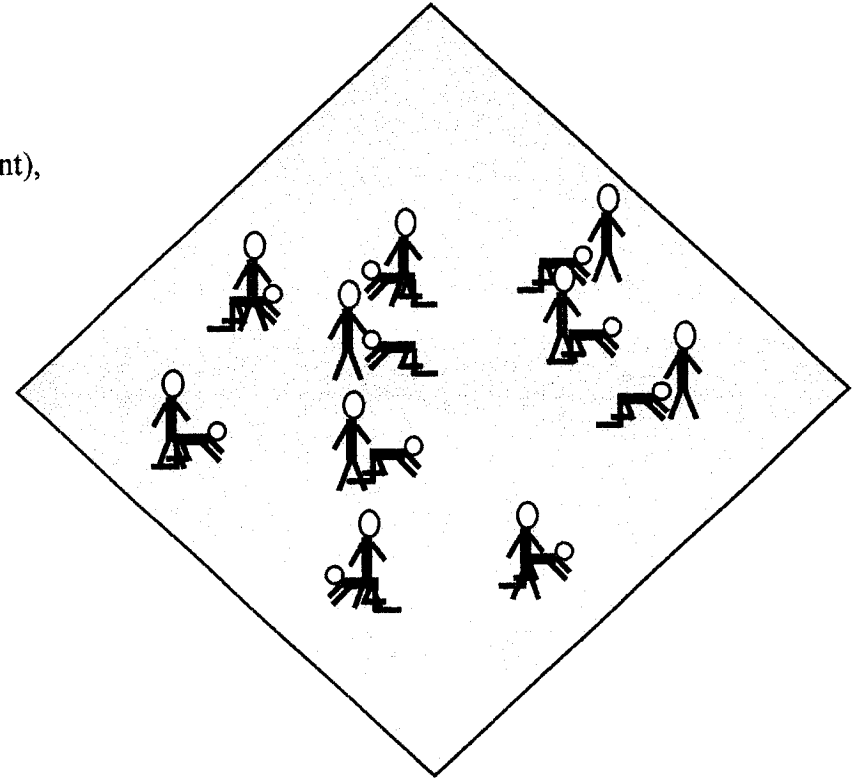
- ⇒ Pour les attaquants, retourner la tortue sur le dos en moins de 15 secondes
- ⇒ Pour les tortues ne pas se laisser retourner pendant 15 secondes

Règles :

- Rappel des « règles d'or »
- Lorsqu'une tortue est retournée, elle ne peut revenir sur ses pattes
- Elle ne peut se relever durant le temps de la partie
- Inversion des rôles à la fin de la partie

Critères de réussite :

- L'attaquant gagne s'il retourne son adversaire en moins de 15 secondes
- Le défenseur gagne s'il est encore sur ses appuis au bout de 20 s



situations d'apprentissage

APPRENDRE A PORTER, SOULEVER

LE TAPIS ROUGE

Dispositif :

- ⇒ Groupes de 2 élèves de même corpulence , un debout (l'attaquant), un couché (le défenseur) sur le dos ou le ventre.
- ⇒ Deux tapis de deux couleurs différentes (un rouge, un bleu par exemple) par paires.
- ⇒ Le maître chronomètre chaque partie

Temps de jeu :

Séquences de 20 secondes.

But de la tâche:

- ⇒ Pour les attaquants, transporter le plus rapidement possible l'enfant couché du tapis bleu au tapis rouge en utilisant des stratégies efficaces (soulever, tirer, porter, faire rouler...)
- ⇒ Pour les défenseurs ne pas se laisser transporter en jouant sur le poids de son corps (se faire très lourd), sur le gainage (se faire très dur ou très mou) etc...

Règles :

- Rappel des « règles d'or »
- Inversion des rôles à la fin chaque partie

Critères de réussite :

- L'attaquant gagne s'il transporte son adversaire en moins de 20 secondes
- Le défenseur gagne s'il est encore sur son tapis au bout de 20 secondes

