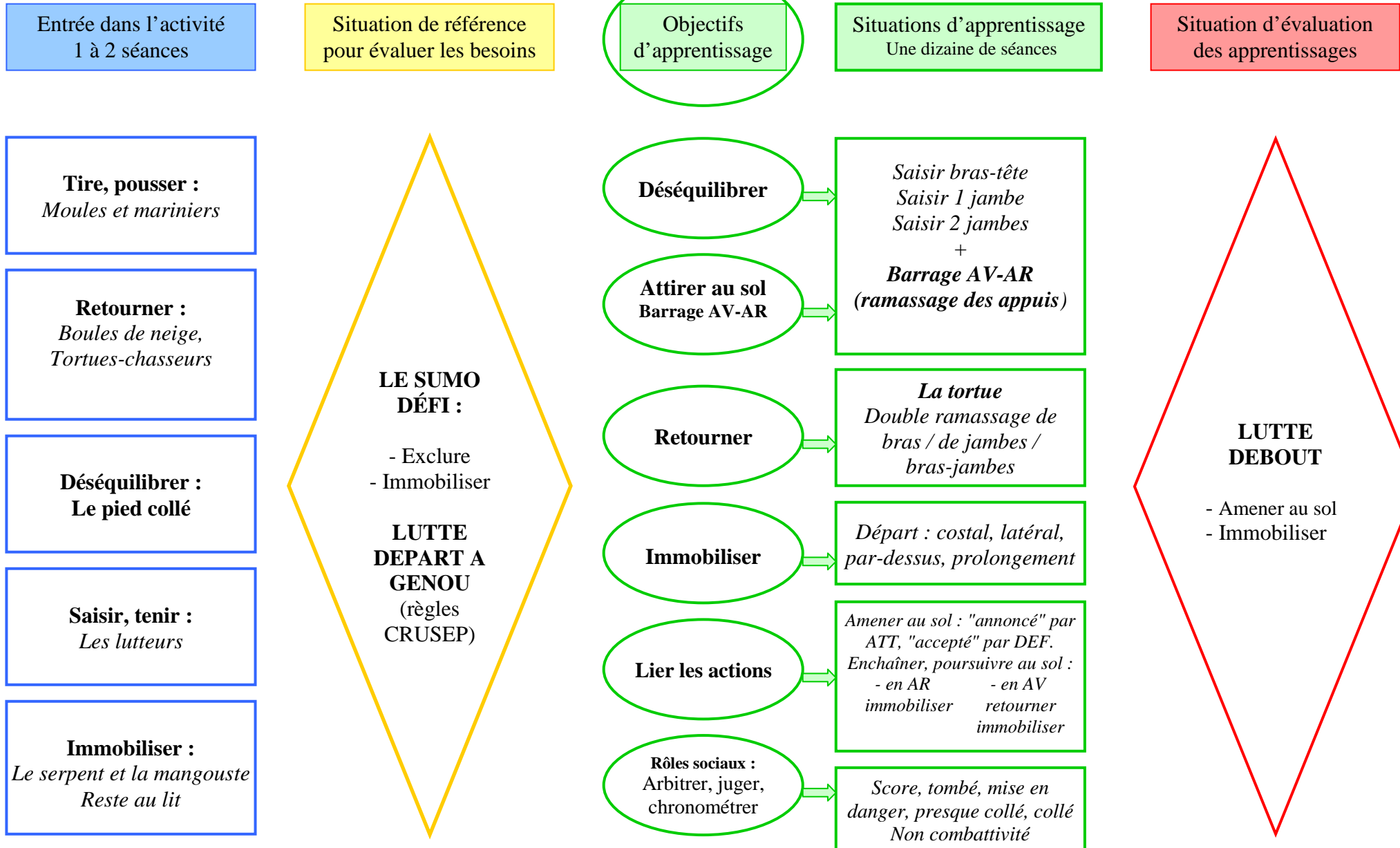


JEUX D'OPPOSITION DUELLE – Cycle 3 – Unité d'apprentissage

ATTAQUER (agir) ↔ **DÉFENDRE** (réagir)



Entrée dans l'activité : Les moules et les mariniers

Objectifs : - vérifier que les élèves sont capables de coopérer et s'opposer collectivement, tirer, soulever, pousser, défendre un territoire.

But du jeu :

- *Pour les moules* : rester le plus longtemps possible dans la surface définie.
- *Pour les mariniers* : sortir les moules de la surface définie le plus rapidement possible.

Organisation matérielle :

- tapis de sol, chronomètre,
- la classe partagée en deux ou trois groupes,
- jeu groupe contre groupe (attaquants = mariniers ; défenseurs = moules ; observateurs éventuels)

Consignes données aux élèves :

- **les moules** : vous devez vous accrocher les uns aux autres et résister (sans vous faire mal) aux mariniers qui essaient de vous décrocher et de vous exclure.
- **les mariniers** : au signal, sans faire mal ni saisir aux habits, séparer les joueurs ainsi emmêlés et les emmener hors d'une zone définie.

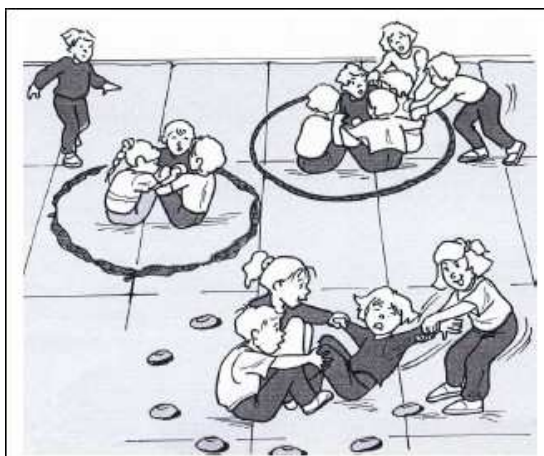
Critères de réussite :

(enfants)

- *Pour les moules* : rester le plus longtemps possible sur la surface.
- *Pour les mariniers* : sortir le plus rapidement possible les moules de la surface.
- Respecter les règles d'or. Pour chaque groupe, coopérer pour être de plus en plus efficace.

Variantes : nombre de joueurs par groupe, nature et superficie de la zone à défendre, durée du jeu...

Critères d'évaluation (maître) : respect des consignes, organisation collective des moules et des mariniers



Entrée dans l'activité : Les boules de neige et les cantonniers

Objectifs : - vérifier que les élèves sont capables de pousser, tirer, sans utiliser les habits, de se faire confiance, définir les espaces d'évolution.

But du jeu :

- *Pour les cantonniers* : dégager la zone de « l'héliport », en faisant rouler les camarades.
- *Pour les boules de neige* : se mettre en forme de boule de neige, maintenir cette forme pour se laisser rouler.

Organisation matérielle :

- classe divisée en 2 groupes.
- 2 zones distinctes.

Consignes données aux élèves :

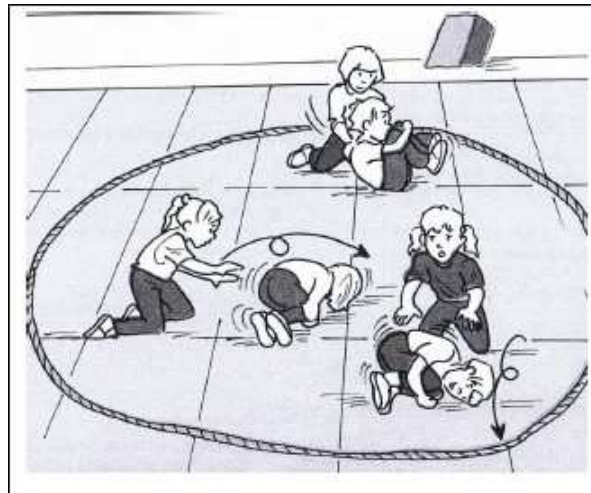
- **les cantonniers** : faire rouler les boules de neige en cherchant le moyen de ne pas se faire mal.
- **les boules** : ne pas se laisser faire mal, rester en boule pour tourner.

Critères de réussite : - temps mis pour le dégagement.
(enfants)

Variantes : nombres de boules de neige, un groupe observateur, éloignement des zones.

Critères d'évaluation (maître) :

- *Les cantonniers* font rouler sur l'axe longitudinal, anticipent collectivement la trajectoire des autres boules.
- *Les boules de neige* conservent leur forme « en boule ».



Entrée dans l'activité : La tortue et les chasseurs

Objectifs : - vérifier que les élèves sont capables de retourner, immobiliser, pousser, tirer, entrer dans une opposition 2 contre 1, puis 1 contre 1.

But du jeu : - *la tortue* reste à 4 pattes et essaie de ne pas se faire retourner et immobiliser.
- *le ou les chasseurs* essaient de retourner puis d'immobiliser la tortue.

Organisation matérielle : - élèves par groupe de 4 (tortue, 1 ou 2 chasseurs, 1 observateur arbitre)
- zone délimitée sur tapis.

Consignes données aux élèves :

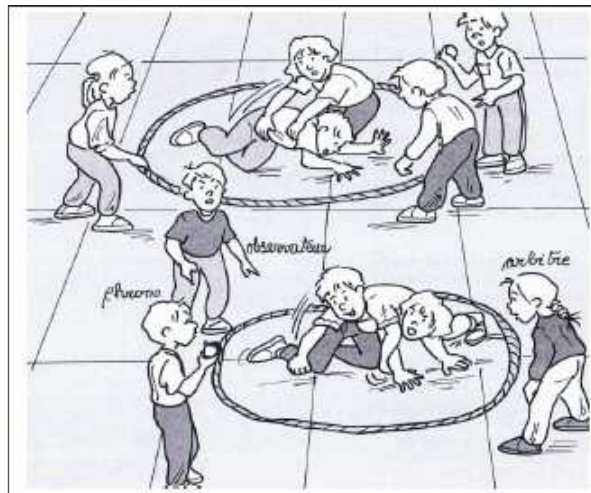
- **la tortue** : en restant à 4 pattes, sans faire mal ni se faire mal, éviter de se faire retourner et immobiliser.
- **le(s) chasseur(s)** : essayer de retourner puis immobiliser la tortue.
- **l'observateur** : juger si la tortue a été retournée, immobilisée.

Critères de réussite : - échec ou réussite.
(enfants) - durée.

Variantes : nombre de chasseurs, forme et superficie de la zone, durée de combat, regroupement des élèves...

Critères d'évaluation (maître) : tous les rôles sont tenus par tous les élèves.

- **Comportements souhaités (réussite) :** Mettre sur le dos en moins de 10 sec.



Entrée dans l'activité : Le pied collé

Objectifs : - vérifier que les élèves sont capables de faire entrer ou sortir l'adversaire d'une zone, pousser, tirer, utiliser la force de l'adversaire pour le déséquilibrer.

But du jeu : - *attaquant* : pousser ou tirer l'adversaire pour lui faire sortir son pied du cerceau.
- *défenseur* : ne pas sortir du cerceau en résistant à l'adversaire.

Organisation matérielle : - position de départ : le défenseur à 1 pied dans un cerceau.
- durée de chaque manche : 10 à 15s.
- début et fin au signal du juge arbitre.

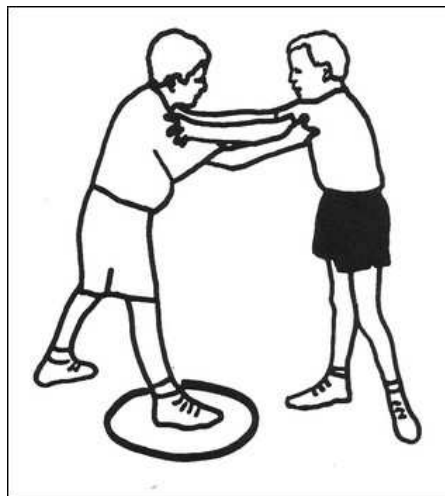
Consignes données aux élèves :

- **les défenseurs** : essayer de garder son pied collé à l'intérieur du cerceau.
- **les attaquants** : essayer de faire sortir le pied de l'adversaire du cerceau en le déséquilibrant (pousser, tirer).

Critères de réussite : - échec ou réussite.
(enfants) - durée.

Variantes : inverser les rôles, durée, zone plus ou moins grande.

Critères d'évaluation (maître) : le défenseur doit garder les bras tendus, l'attaquant doit coller le défenseur pour parvenir à lui faire sortir son pied du cerceau.



Entrée dans l'activité : Les lutteurs

Objectifs : - jeux de lutte sur la base du sumo assis : découvrir des situations favorables ou défavorables en fonction de la position de départ.

But du jeu : - *pour l'attaquant* (position favorable) : exclure du territoire ou immobiliser.
- *pour le défenseur* (position défavorable) : ne pas se faire exclure ou immobiliser.

Organisation matérielle : - autant de zones que de groupes de lutteurs.
- élèves regroupés par 5 (2 lutteurs, 1 arbitre, 1 chrono, 1 observateur par exemple) ; changements de rôles.

Consignes données aux élèves :

- **les défenseurs** : position de départ à 4 pattes, puis sur le dos essayer de ne pas perdre, et peut être gagner.
- **les attaquants** : essayer de gagner.
- **l'arbitre** : éviter la violence, décider du gain ou de la perte du combat.
- **observateur** : comment s'y prend-on pour gagner, pour ne pas perdre ?

Critères de réussite : - je gagne ou je perds.
(enfants)

Variantes : forme et superficie des zones, modes de constitution des groupes, durée des combats (= environ 30s), possibilité pour le défenseur de contre attaquer, positions du défenseur ...

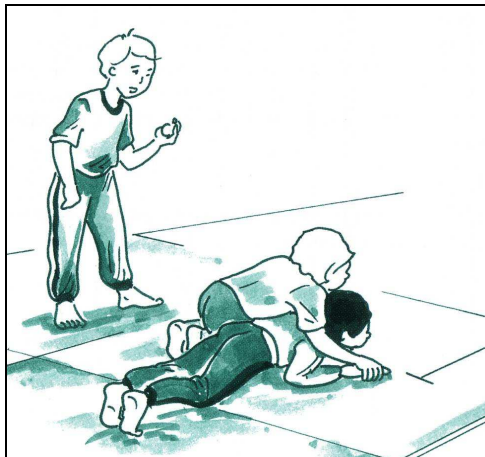
Critères d'évaluation (maître) :

- **Comportements souhaités** (réussite) : à force égale, je gagne si je suis en position favorable au départ.
- **Comportements observés** (échec) :



Entrée dans l'activité : Le serpent et la mangouste

- Objectifs :**
- vérifier que les élèves sont capables d'immobiliser leur adversaire.
- But du jeu :**
- *mangouste* : empêcher le serpent de rejoindre sa maison.
 - *serpent* : échapper à la mangouste en atteignant sa maison.
- Organisation matérielle :**
- une zone où le combat est possible, une zone où le combat est interdit (maison)
 - durée de chaque manche : 10 à 15s.
- Consignes données aux élèves :**
- **le serpent** : au signal, se sauve en rampant et essaie de rejoindre sa maison.
 - **la mangouste**: au signal, tente d'empêcher le serpent de rejoindre sa maison.
- Critères de réussite :**
- (enfants)
- *pour le serpent* : sortir des tapis en 10 (15s) secondes.
 - *pour la mangouste* : empêcher le serpent de s'enfuir et le maintenir sur les tapis.
- Variantes :** augmenter la surface des tapis, le temps laissé aux joueurs, la position de départ...
les serpents doivent rester sur la surface et les mangoustes doivent expulser les serpents.
- Critères d'évaluation (maître) :**
- **Comportements souhaités** (réussite) : la mangouste arrive à immobiliser le serpent ou à l'empêcher de rejoindre sa maison.
 - **Comportements observés** (échec) : le serpent se fait systématiquement bloquer, la mangouste n'arrive pas à retenir le serpent.



Entrée dans l'activité : Reste au lit

Objectifs : - vérifier que les élèves sont capables de garder leur adversaire immobiliser.

But du jeu : - *défenseur* : se mettre sur le ventre.
- *attaquant* : maintenir le défenseur au lit (sur le dos).

Organisation matérielle : - position de départ : défenseur sur le dos, l'attaquant est couché sur lui.
- durée de chaque manche : 10 s.
- début et fin au signal du juge arbitre.

Consignes données aux élèves :

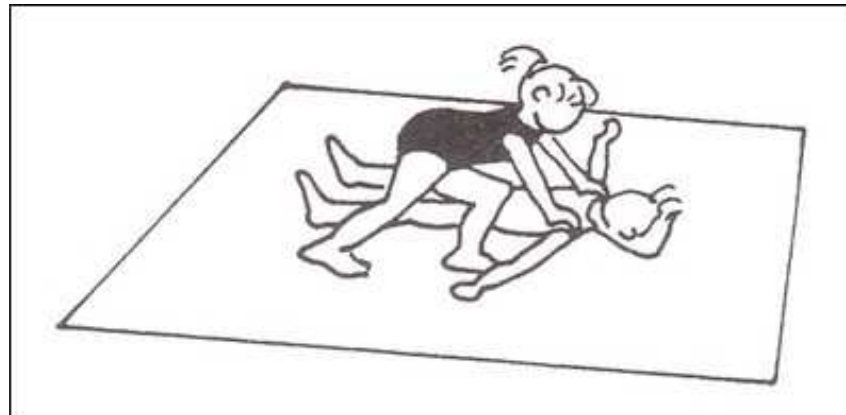
- **les défenseurs** : au signal tu dois essayer de sortir du lit, de te retourner.
- **les attaquants** : ton adversaire essaie de t'en empêcher.

Critères de réussite : - **pour le défenseur** : se retrouver sur les genoux en 10 secondes.
(enfants) - **pour l'attaquant** : immobiliser pendant 10 secondes.

Variantes : varier la position de départ du défenseur (bras le long du corps, jambes serrées/ bras écartés, jambes écartées...)
varier les droits de l'attaquant (positions, saisies,...)

Critères d'évaluation (maître) :

- **Comportements souhaités** (réussite) : être collé à son adversaire, lui attraper un bras et une jambe.
- **Comportements observés** (échec) : le défenseur ne parvient pas à se retourner ou se relever.



Situation de référence 1 : Le sumo « défi »

Objectifs de la situation : Faire sortir l'adversaire de l'espace de combat ou l'immobiliser sur le dos

But de la tâche : Gagner le « combat » : c'est-à-dire immobiliser ou exclure son adversaire de l'aire de combat **ou** ne pas le perdre.

Organisation matérielle :

- tapis type gym ou herbe
- deux équipes de 4 à 6 (les enfants sont numérotés de 1 à ...6 par ordre de poids, du plus lourd au plus léger)
- départ assis dos à dos au centre du cercle
- zone délimitée : 2m de diamètre

Consignes données aux élèves : Appelez les deux numéros 1. Au signal « allez », vous pouvez, en restant au sol (c'est-à-dire au moins un genou au sol), vous tourner pour expulser votre adversaire de la zone de combat sans sortir vous-même, **ou** l'immobiliser sur le dos et ne pas vous faire immobiliser.

Continuez ainsi jusqu'au numéro ...6

Critère de réussite : L'équipe qui a gagné le plus de combat.

Critères d'évaluation : Les règles sont comprises et acceptées, les élèves connaissent leurs résultats.

Situation de référence 2 : Lutte départ à genou

Objectif de la situation : Immobiliser l'adversaire sur le dos.

But de la tâche : réussir un « Collé », c'est à dire mettre l'adversaire sur le dos, les 2 omoplates collées au tapis pendant 3 secondes

Organisation matérielle : Aire de combat de 2 m sur 2 m ou cercle de 2 m de diamètre. **Position de départ :** face à face, un genou au sol et au contact (mains sur les épaules de l'adversaire). **Important :** pendant toute la durée du combat, les lutteurs doivent toujours avoir, au minimum, 1 genou au sol. **Organisation :** Il s'agit de duels : les 6 (ou plus) joueurs de chacune des 2 équipes ne combattent pas simultanément. Les 6 combats se dérouleront successivement du numéro 1 au numéro 6, sachant que les joueurs sont numérotés de 1 à 6 par ordre de poids (du plus léger au plus lourd).

Consignes : En 45'', vous devez réussir un « Collé », c'est à dire mettre l'adversaire sur le dos, les 2 omoplates collées au tapis pendant 3 secondes. En cas de non engagement dans le combat, 1 point sera donné à l'adversaire. Il peut y avoir « presque collé » c'est-à-dire retourner votre adversaire, le dos orienté vers le tapis. Dans ce cas, attribution d'un point. *On parlera du « presque collé » lorsqu'une partie du dos est en contact avec le tapis.* Dès qu'il y a collé, le combat s'arrête. Un « collé » permet de remporter le combat quelque soit le nombre de points marqués précédemment par votre adversaire. Respect des règles d'or.

Critère de réussite : L'équipe qui a gagné le plus de combats.

Situation d'apprentissage : attaque-défense bras-tête

Objectifs : - à partir d'un contrôle bras-tête, amener les élèves à trouver diverses manières de déséquilibrer et d'amener l'adversaire au sol.

But du jeu : - **pour l'attaquant :** amener le défenseur au sol avec dos orienté vers le tapis.
- **pour le défenseur :** éviter d'aller au sol.

Organisation matérielle : - zone délimitée : tapis avec cercle de 2 à 3 m de diamètre.
- position de départ : contrôle bras-tête (→ dessin).

Consignes données aux élèves :





- **les attaquants :** *sécurité* = pas de contrôle de la tête avec les 2 bras (étranglement interdit). Au signal, l'attaquant essaie d'amener son adversaire au sol.
- **les défenseurs :** essaient de ne pas aller au sol.

Critères de réussite : - 1 pt si amené au sol / 3 pts si orienté sur le dos.
(enfants) - 2 pts si défenseur ne va pas au sol après 20 secondes.

Variantes : changement de rôle, espace + ou - grand, temps de combat.

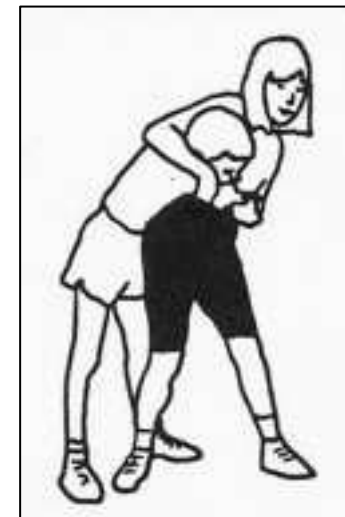
Critères d'évaluation (maître) : différentes manières d'amener le défenseur au sol.

- **Comportements souhaités (réussite) :**

attaquant				défenseur
Décalage en rotation	Barrage extérieur	Barrage intérieur	Décalage avec barrage de hanche	Rompre le contrôle bras-tête et faire sortir son attaquant de la zone de combat (en tirant, poussant).
				

- **Comportements observés (échec) :**

- **attaquant :** mauvais contrôle bras-tête et expulsion de la zone de combat.
- **défenseur :** amené au sol rapidement avec/sans résistance.



Situation d'apprentissage : attaque-défense 1 jambe

Objectifs : - à partir d'un contrôle d'1 jambe, amener les élèves à trouver diverses manières de déséquilibrer et d'amener l'adversaire au sol.

But du jeu :

- **pour l'attaquant :** amener le défenseur au sol avec dos orienté vers le tapis.
- **pour le défenseur :** rompre le contrôle 1 jambe et/ou éviter d'aller au sol.

Organisation matérielle :

- zone délimitée : tapis avec cercle de 2 à 3 m de diamètre.
- position de départ : contrôle 1 jambe (→ dessin).

Consignes données aux élèves :

- **les attaquants :** *sécurité* = pas de fauchage vers l'AV sur contrôle extérieur. Au signal, l'attaquant essaie d'amener son adversaire au sol.
- **les défenseurs :** essaient de ne pas aller au sol.

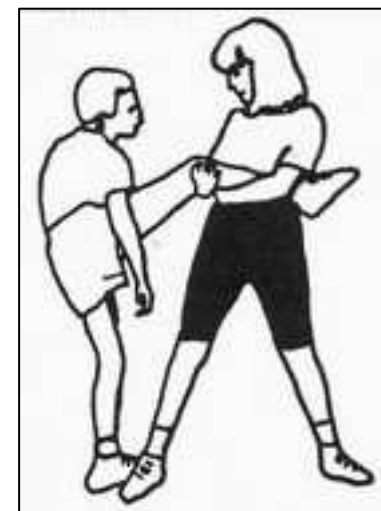
Critères de réussite :

- 1 pt si amené au sol / 3 pts si orienté sur le dos.
- (enfants) - 2 pts si défenseur ne va pas au sol après 20 secondes.

Variantes : changement de rôle, espace + ou - grand, temps de combat.

Critères d'évaluation (maître) : différentes manières d'amener le défenseur au sol.

- **Comportements souhaités (réussite) :**



attaquant			défenseur
<p>Contrôle int. barrage int.</p>	<p>Contrôle ext. décalage en tournant</p>	<p>Jambe au milieu, décalage arrière sur les deux jambes</p>	<p>Romp le contrôle 1 jambe en posant le pied de la jambe prise au sol. Mettre la jambe au milieu des jambes de l'adversaire pour le gêner, attraper les bras, les écarter ou tirer dessus en pesant sur la saisie avec la jambe prise pour la faire lâcher.</p> <p>Et faire sortir son attaquant de la zone de combat (en tirant, poussant).</p>

- **Comportements observés (échec) :**

- **attaquant :** mauvais contrôle 1 jambe et expulsion de la zone de combat.
- **défenseur :** amené au sol rapidement avec/sans résistance.

Situation d'apprentissage : attaque-défense 2 jambes

Objectifs : - à partir d'un contrôle des 2 jambes, amener les élèves à trouver diverses manières de déséquilibrer et d'amener l'adversaire au sol.

But du jeu : - **pour l'attaquant :** amener le défenseur au sol avec dos orienté vers le tapis.
- **pour le défenseur :** rompre le contrôle 2 jambes et/ou éviter d'aller au sol.

Organisation matérielle : - zone délimitée : tapis avec cercle de 2 à 3 m de diamètre.
- position de départ : contrôle 2 jambes (→ dessin).

Consignes données aux élèves :

- **les attaquants :** *sécurité* = pas de fauchage vers l'AV sur contrôle extérieur. Au signal, l'attaquant essaie d'amener son adversaire au sol.
- **les défenseurs :** essaient de ne pas aller au sol avec la tête impérativement sortie (sur le côté de l'attaquant).









Critères de réussite : - 1 pt si amené au sol / 3 pts si orienté sur le dos.
(enfants) - 2 pts si défenseur ne va pas au sol après 20 secondes.

Variantes : changement de rôle, espace + ou - grand, temps de combat.

Critères d'évaluation (maître) : différentes manières d'amener le défenseur au sol.

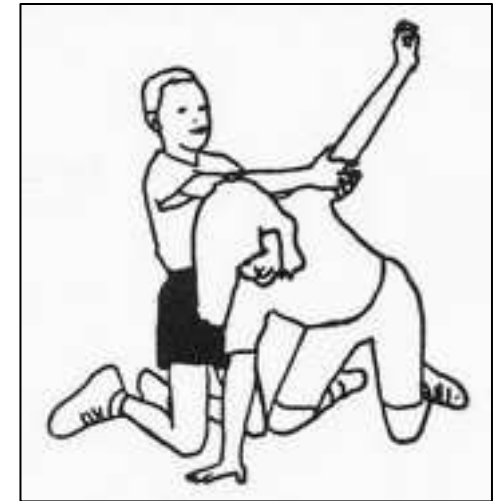
- **Comportements souhaités (réussite) :**

attaquant			défenseur		
					
Saisir, soulever	Saisir, pousser dans l'axe	Saisir, pousser avec rotation	Écrasement avec le poids de son corps	Écrasement avec décalage des appuis vers l'AR	Écrasement avec retournement

- **Comportements observés (échec) :** - **attaquant :** mauvais contrôle 2 jambes et expulsion de la zone de combat.
- **défenseur :** amené au sol rapidement avec/sans résistance.

Situation d'apprentissage : attaque-défense retourner à 4 pattes

- Objectifs :** - amener les élèves à retourner l'adversaire pour l'amener sur le dos.
- But du jeu :**
- **pour l'attaquant :** retourner le défenseur pour lui mettre les épaules au contact du sol.
 - **pour le défenseur :** ne pas se laisser retourner.
- Organisation matérielle :**
- position de départ : attaquant à genoux avec 1 main sur le dos du défenseur.
 - le défenseur est à 4 pattes.






- Consignes données aux élèves :**
- **les attaquants :** *sécurité* = pas de torsions des articulations.
- Au signal, l'attaquant essaie d'amener son adversaire au sol sur le dos.
- **les défenseurs :** essaient de ne pas aller au sol.

- Critères de réussite :**
- 1 pt pour l'attaquant s'il retourne son adversaire en moins de 20 secondes.
 - 1 pt pour le défenseur s'il ne va pas au sol après 20 secondes.
- (enfants)**

Variantes : changement de rôle, temps de combat.

Critères d'évaluation (maître) : différentes manières d'amener le défenseur au sol.

- **Comportements souhaités** (réussite) :

attaquant			défenseur
			<ul style="list-style-type: none"> - Toujours faire face à l'attaquant pour ne pas se laisser saisir les bras ou les jambes. - Avoir des appuis dynamiques. - Évoluer vers la contre-attaque si l'attaquant s'expose (ramassement des jambes).
Double ramassement de bras avec poussée de la poitrine	Double ramassement de jambes avec poussée de la poitrine	Ramassement d'1 bras et d'1 jambe	

- **Comportements observés** (échec) :
- **attaquant :** ne coordonne pas les actions de pousser-ramasser.
 - **défenseur :** n'arrive pas à faire face à l'attaquant.

Situation d'apprentissage : attaque-défense maintenir en position "collé" (immobiliser)

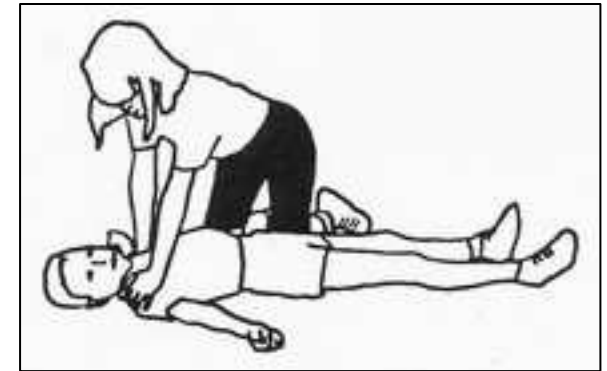
Objectifs : - amener les élèves à immobiliser de diverses manières leur adversaire.

But du jeu : - **pour l'attaquant :** maintenir le défenseur sur le dos en position collé
- **pour le défenseur :** se retourner ou se relever.

Organisation matérielle : - position de départ : attaquant à genoux et maintient son adversaire sur le dos.
- le défenseur est allongé sur le dos.

Consignes données aux élèves :

- **les attaquants :** *sécurité* = pas d'appuis sur la gorge.
- Au signal, l'attaquant essaie de maintenir son adversaire au sol sur le dos.
- **les défenseurs :** essaient de se retourner ou de se relever.







Critères de réussite : - 1 pt pour l'attaquant s'il immobilise son adversaire 5 secondes.
(enfants) - 1 pt pour le défenseur s'il ne se laisse immobiliser pendant 5 secondes.

Variantes : changement de rôle, modifier la position de départ (sur le côté, par-dessus, par prolongement), temps de combat.

Critères d'évaluation (maître) :

- **Comportements souhaités** (réussite) :

attaquant				défenseur
				Essaie de se retourner sur le ventre si l'attaquant ne le contrôle pas et n'utilise pas le poids de son corps.
Immobilisation costale avec contrôle bras-épaules	Immobilisation latérale avec contrôle bras-jambe	Immobilisation latérale avec contrôle par-dessus	Immobilisation avec contrôle dans le prolongement	

- **Comportements observés** (échec) :

- **attaquant :** pas d'immobilisation : pas d'utilisation du poids du corps et pas de contrôle.
- **défenseur :** passif, n'arrive à rompre le contrôle et à échapper au poids de l'attaquant.

Situation d'apprentissage : attaque-défense lier des actions

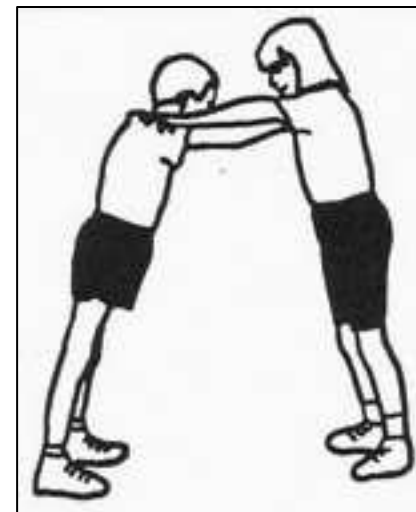
Objectifs : - amener les élèves à enchaîner les actions : amener au sol, retourner, immobiliser.

But du jeu : - **pour l'attaquant :** enchaîner les actions pour arriver à l'immobilisation.
- **pour le défenseur :** rompre l'enchaînement des actions et contre-attaquer.

Organisation matérielle : - position de départ : debout.
- zone délimitée : tapis avec cercle de 1,5 à 2 m de diamètre.

Consignes données aux élèves :

- **les attaquants :** *sécurité* = cf consignes de sécurité des autres situations.
1-Déterminer et simuler un scénario de liaison d'actions (exemple : attaque 1 jambe, amener au sol, retourner)
2-Répéter ce scénario en incluant, au signal, une phase de jeu réel.
- **les défenseurs :** 1-Coopère avec l'adversaire 2-Au signal résiste à l'adversaire en jeu réel.



Critères de réussite : - 1 pt pour l'attaquant qui enchaîne les actions en terminant par une immobilisation.
(enfants) - 1 pt pour le défenseur qui arrive à rompre l'enchaînement. - 2pt s'il arrive à inverser les rôles.

Variantes : scénarios (annoncé par le maître/par l'élève), positions de départ, moment du signal de jeu réel, changement de rôle, temps de combat.

Critères d'évaluation (maître) : enchaînement et efficacité des actions.

- **Comportements souhaités** (réussite) : - **attaquant :** respect du scénario annoncé, enchaînement et efficacité des actions (cf autres situations d'apprentissage).

- **défenseur :** idem

- **Comportements observés** (échec) : - **attaquant :** non-respect du scénario, pas d'enchaînement ni d'efficacité des actions.

- **défenseur :** idem

Situation d'évaluation : lutte debout

Interdictions :

- Actions qui présentent des risques corporels graves :
 - prise de la tête seule à deux bras,
 - attaque bras sur jambe avec la tête dans le ventre de l'adversaire ; articulations en hyper-extension.
- Interdictions qui découlent du bon sens : main sur le visage ; pousser dans le dos ; tout ce qui fait mal d'un point de vue général.
- Interdictions liées à la nature de l'A.P.S. : pas de coups.

Objectif de la situation : Immobiliser l'adversaire sur le dos.

But de la tâche : réussir un "Collé", c'est à dire mettre l'adversaire sur le dos, les 2 omoplates collées au tapis pendant 3 secondes

Organisation matérielle : aire de combat de 2 m sur 2 m ou cercle de 2 m de diamètre.

Position de départ : face à face, debout et au contact (mains sur les épaules de l'adversaire).

Organisation : Il s'agit de duels : les 6 (ou plus) joueurs de chacune des 2 équipes ne combattent pas simultanément. Les 6 combats se dérouleront successivement du numéro 1 au numéro 6, sachant que les joueurs sont numérotés de 1 à 6 par ordre de poids (du plus léger au plus lourd).

Déroulement du combat :

Si l'arbitre ne réussit pas à déterminer le lutteur qui est à l'initiative de l'action, il n'attribue pas de point.

À l'exception de la position correspondant au "presque collé", si la lutte stagne, l'arbitre fait relever les lutteurs en position de départ.

Celui qui a l'initiative et qui se met le dos en « presque collé » passager n'est pas pénalisé.

Consignes : En 45", vous devez réussir un « Collé », c'est à dire mettre l'adversaire sur le dos, les 2 omoplates collées au tapis pendant 3 secondes.

En cas de non engagement dans le combat, 1 point sera donné à l'adversaire. Il peut y avoir "**presque collé**" c'est-à-dire retourner votre adversaire, le dos orienté vers le tapis. Dans ce cas, attribution d'un point. *On parlera du "presque collé" lorsqu'une partie du dos est en contact avec le tapis.* Dès qu'il y a "Collé", le combat s'arrête. Un "Collé" permet de remporter le combat quelque soit le nombre de points marqués précédemment par votre adversaire. Durant tout le combat, vous pensez à bien respecter les règles d'or.

Gain du combat : L'élève qui effectue un "Collé" à son adversaire ou l'élève qui a marqué le plus de points en 45" s'il n'y a pas eu de "Collé".

Critère de réussite : L'équipe qui a gagné le plus de combats.