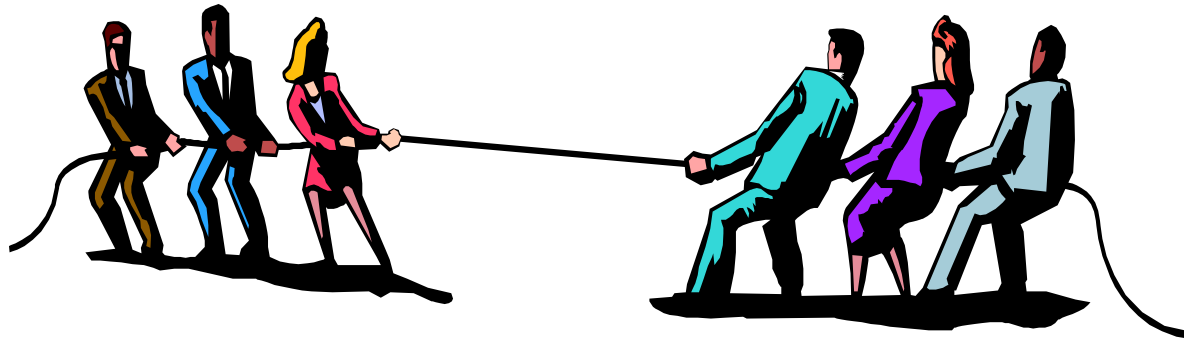
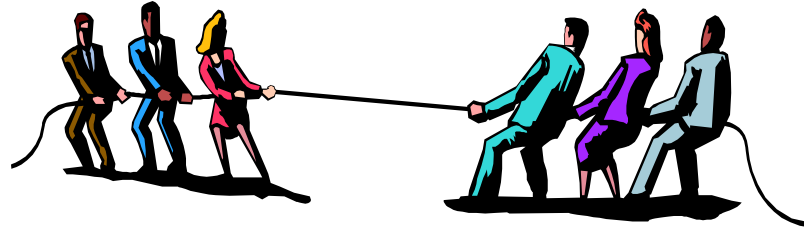


LES JEUX D'OPPOSITION

Cycle 1



Les Programmes



Référence :

Programmes de 2002

B.O. Hors série n°1 du 14/02/2002

Compétence spécifique :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement.

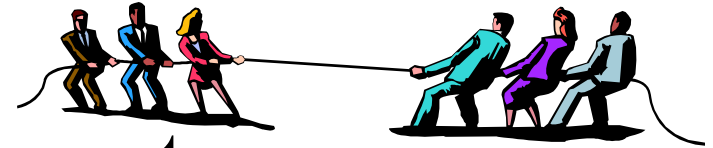


Affronter individuellement un adversaire dans un jeu de lutte : tirer, pousser, saisir, tomber avec, fixer...

- Jeux de lutte :

S'investir dans une activité de corps à corps pour priver l'adversaire de sa liberté d'action
exemple : « Arrêter les fourmis ».

Les jeux de lutte seront abordés par des jeux de groupe où les enfants, en coopérant, peuvent mieux accepter le contact corporel avec les autres enfants.



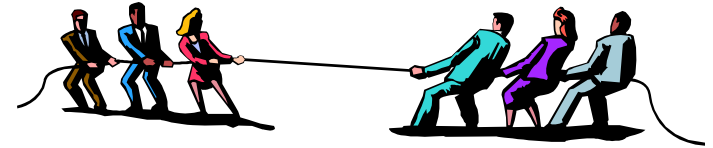
Les Fiches d'accompagnement

Jeux de lutte Cycle 1

Coopérer et s'opposer individuellement et/ou collectivement

Compétences spécifiques

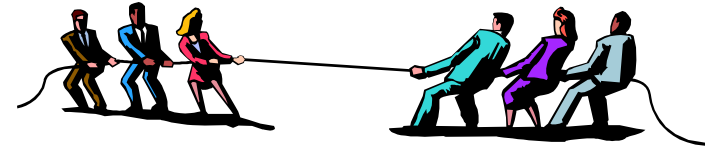
- * Utiliser un répertoire aussi large que possible
d'actions élémentaires



- Accepter le contact avec l'autre : se disputer la possession d'un ballon, transporter les statues...
- Toucher, déplacer un adversaire, se rééquilibrer, varier les saisies :

A quatre pattes, empêcher un autre enfant de sortir d'un cercle tracé au sol

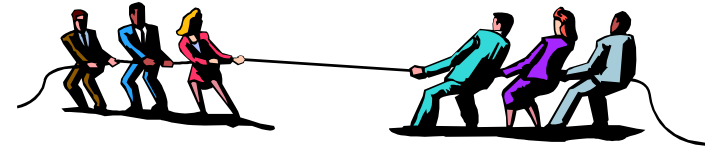
Récupérer les 3 épingles à linges placées sur l'adversaire à différents endroits



Affronter individuellement un adversaire dans un jeu de lutte : tirer, pousser, saisir, tomber avec, fixer, résister...

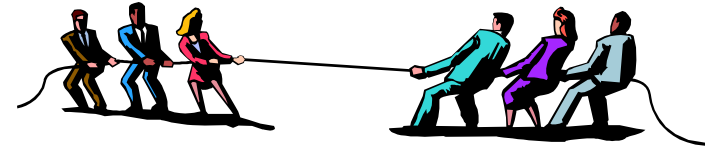
S'investir dans une activité de corps à corps pour priver l'adversaire de sa liberté d'action
(exemple : « Arrêter les fourmis »)

ou pour l'amener et le maintenir au sol dans une position définie (exemple : « Retourner la tortue »)



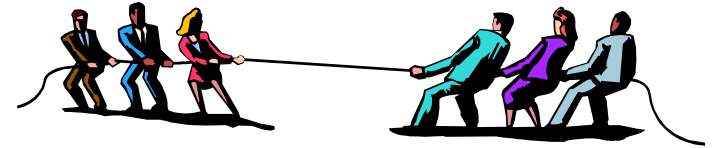
Les Compétences Transversales

- * Oser s'engager dans différentes actions de lutte, dans le respect de règles de jeu et de sécurité définies :
 - Rentrer dans un jeu de lutte à plusieurs, à deux : accepter le rôle de l'“attaqué” (tortue, fourmi...)
 - Accepter de s'affronter selon les règles d'or, sans tricher
- * Eprouver, ressentir, accepter
 - des sensations motrices inhabituelles : contact corporel important, déséquilibres, sensations d'entraves au mouvement...
 - des émotions : plaisir de gagner, déplaisir de perdre, « peur » de se faire immobiliser...
- * Les reconnaître, les nommer, sur soi et sur les autres ...
 - Identifier des actions fondamentales du combat : saisir, déséquilibrer, amener au sol, maintenir...
 - Dire les principales règles de sécurité : les règles d'or (Ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas se laisser faire mal...)



Les Compétences Transversales

- * Avec l'aide de l'enseignant (et éventuellement d'autres enfants) proposer des actions à faire : nouveaux jeux, nouvelles règles de jeu comme ajouter de nouveaux assaillants, agrandir ou diminuer le terrain, proposer de nouvelles prises...
- * Elaborer un projet individuel d'action et le mener à terme : assurer son rôle tout au long du jeu (attaquant, ou attaqué, ou arbitre...)
- * Découvrir, connaître, nommer des éléments relatifs aux différentes activités : les espaces de lutte (tapis, tatamis), les différents rôles à tenir...



Les Compétences Transversales

- * Prendre des indices simples (peu nombreux et peu complexes)

Limite de l'espace de lutte (cercles, lignes...), objets à conquérir, actions de l'adversaire.

- * Prendre en compte les résultats de son action en comparant les effets recherchés et les effets obtenus

Enumérer des actions simples (tirer, pousser, saisir, soulever...) et dire lesquelles ont été efficaces.

- * Ajuster ses actions en fonction des buts visés

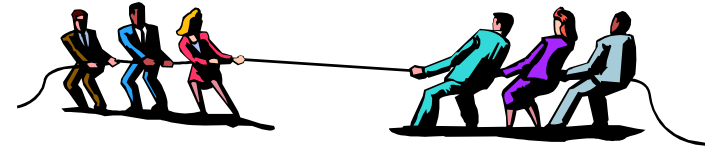
Par exemple, s'aplatir au maximum pour ne pas se laisser retourner.

- * Mesurer les risques pris (ou à prendre)

Accepter le rôle de l' "attaqué » (traverser le pays des chasseurs de fourmis)

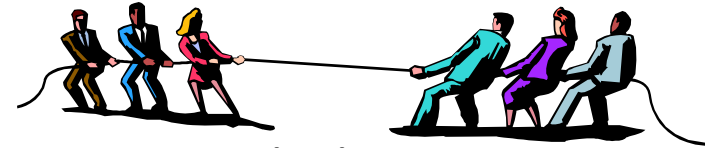
- * Savoir apprécier l'action des autres comme observateur ou arbitre

Dire qui a respecté les règles, qui a gagné.



Les Compétences Transversales

- * Adapter ses comportements dans des situations où l'on n'est pas seul
 - Participer activement à des actions collectives en reconnaissant, en respectant, en écoutant, en coopérant, en établissant des relations de plus en plus nombreuses avec les autres : un jeu de “déménageurs” (transporter des meubles ou des statues...)
 - Comprendre et respecter le rythme et les règles de vie collective : ne pas contester les décisions de l'arbitre, respecter son ou ses adversaires.
 - Connaître et assurer des rôles différents : attaquant, attaqué, observateur, arbitre...
 - Comprendre et respecter des règles simples de jeu, de sécurité :
 - Les règles d'or
 - Les règles pour gagner (par ex : empêcher d'avancer en comptant jusqu'à 3)



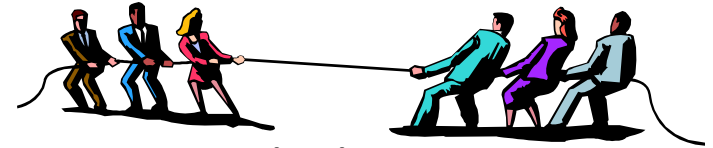
Jeux de lutte et d'opposition

- Définition

De tout temps, l'opposition a fait partie des comportements.

Origine probable : luttes de territoire. Le besoin de règles a donné naissance à des activités codifiées.

« C'est vaincre, dominer son adversaire pour s'affirmer le meilleur possible, pour se dépasser dans des manipulations corps à corps tout en le respectant, sans lui faire mal, sans porte atteinte à son intégrité physique. »



Jeux de lutte et d'opposition

- Pourquoi cette activité à l'école ?

Elle est adaptée à des élèves d'école primaire :

elle peut se pratiquer sur un tatamis, sur des tapis mais également sur une moquette ou dans la salle d'E.P.S. à condition de pratiquer des jeux au sol (à 4 pattes, accroupi), ou à mi-hauteur (1 ou 2 genoux au sol)

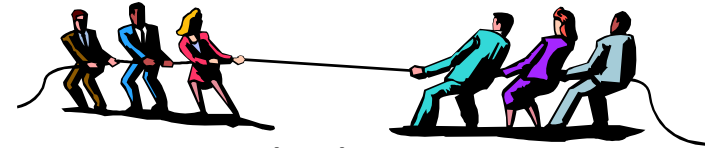
Elle développe la motricité :

par la sollicitation de tous les groupes musculaires ; contractions / extensions / coordination par des situations favorisant le développement foncier (musculaire et cardio-vasculaire) et l'équilibre dynamique (prises d'appuis variés / feintes)

Elle développe les capacités perceptives :

par le traitement d'informations nombreuses et simultanées sur soi, sur l'autre ou sur l'équipe

- déplacements / rapidité de réaction / anticipation
- sur les mouvements / sur la force de l'adversaire
- sur le placement dans les jeux d'équipe / de relais
- sur l'élaboration de stratégies à partir de toutes ces informations



Jeux de lutte et d'opposition

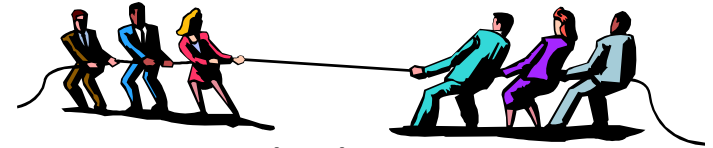
- Pourquoi cette activité à l'école ?

Elle favorise le contrôle de son agressivité :

- en passant de la notion d'agressivité à celle de combativité maîtrisée
- en maîtrisant ses émotions / son affectif / son agressivité
- par la prise de conscience de son corps / de sa force
- par l'épanouissement de sa personnalité

Elle favorise le développement social :

- par l'établissement et le respect scrupuleux de règles incontournables
- par le changement de rôles : attaquant / défenseur / observateur
- par la gestion du groupe ou de l'équipe



Jeux de lutte et d'opposition

- Conditions de fonctionnement et matérielles

Délimiter l'espace de travail (tapis, lignes au sol...)

Permettre le corps à corps réel (tenue vestimentaire adéquate, éviter les objets pouvant blesser soi-même ou les partenaires)

Ménager des temps de repos pour la récupération (alterner action et observation)

Composer des pairs ou des groupes équilibrés en poids et en taille

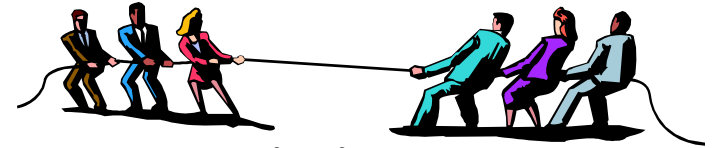
Mettre en place un nombre suffisant de séances : unité d'apprentissage (cycle de 12 à 15 séances)

- Les 3 règles d'or

Ne pas se faire mal

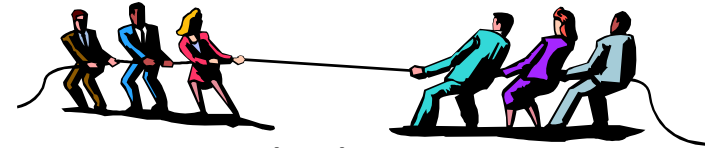
Ne pas faire mal aux autres

Ne pas se laisser faire mal



Jeux de lutte et d'opposition

- Contenu des séances
 - une mise en train par des exercices d'échauffement et d'attention
 - un corps de séance avec des exercices progressifs et adaptés
 - un retour au calme avec des exercices d'étirements et de relaxation

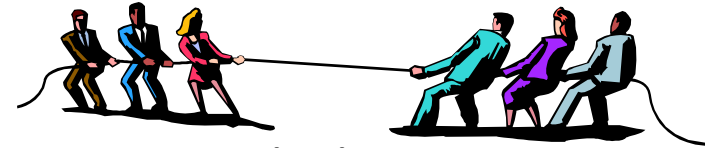


Jeux de lutte et d'opposition

- Quelles situations mettre en place au cycle 1 ?

Les situations proposées ne sont que des pistes de travail que vous pouvez aménager en fonction de vos objectifs, des réponses des enfants, de votre expérience, de vos conditions matérielles.

Les jeux de coopération et les jeux d'opposition avec peu ou pas de contact s'organisent dans le cycle 1.



Jeux de lutte et d'opposition

- Une progression envisageable au cycle 1

Jeux de coopération —————> Jeux d'opposition

Je joue avec un (ou des) partenaire(s)

Jeux où la distance importe peu

° Jeux à distance

° Jeux à mi-distance

° Jeux en corps à corps

