|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel* Judo Cycle 3 CM1 CM2** | | |
| **APPRENTISSAGES ATTENDUS :** | **Objectifs généraux :**   * Rencontrer un adversaire dans des jeux d’opposition duelle : affronter seul un adversaire pour obtenir le gain du jeu, développer des stratégies comme attaquant ou comme défenseur, comprendre qu’il faut attaquer tout en se défendant (réversibilité des situations vécues). * Coopérer avec des partenaires pour affronter collectivement un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif, comme attaquant et comme défenseur : se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux vécus, respecter les règles   **Objectif spécifique :**   * Dans le cadre d’affrontements aménagés, s’engager dans un rapport d’opposition, où l’entraide permet l’exploitation des principes d’équilibre-déséquilibre en protégeant l’intégrité affective et physique des deux protagonistes. * Assurer les rôles nécessaires au bon fonctionnement de l’affrontement à l’aide de règles simplifiées.   **Objectifs affectifs et sociaux :**   * Compétence 6 du socle : respect des règles reconnues ; assumer les rôles sociaux (juge, arbitre, observateur). * Je respecte les autres. J’ai mes affaires de sport. * Compétences 7 : affiner la connaissance de soi en fonction de ses ressources ; s’engager lucidement dans l’action (sécurité, stratégies efficaces, contrôle des émotions, gestion des efforts). | |
| **MATERIEL**  Plusieurs tapis de quoi constituer un praticable de 3m par 4m minimum, chronomètre, tables de points… | **CRITERES DE REUSSITE**  **Attaque :**   * Je saisis et je contrôle mon adversaire.   -J’utilise le déséquilibre pour le faire tomber ou pour l’amener au sol.   * Je déséquilibre mon adversaire pour le faire chuter sur l’avant ou l’arrière grâce aux mouvements d’accrochage des jambes. * Je l’immobilise.   **Défense :**   * Je résiste pour conserver mon équilibre. * Je sais accepter le déséquilibre et chuter en toute sécurité. * Je sais me dégager d’une immobilisation.   **Arbitre :**   * Je sais arbitrer pour connaître et comprendre les règles de sécurité. * J’identifie les actions interdites. | **PLUS FACILE**  **Comme attaquant** (départ au sol)   * Je saisis mon adversaire. * J’immobilise mon partenaire en utilisant le poids de mon corps.   **Comme défenseur** (départ au sol)   * Je sais accepter le déséquilibre * Je tente de me dégager d’une immobilisation. |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR**  -Ne pas faire mal.   * Ne pas se faire mal. * Ne pas accepter que l’autre te fasse mal. * Accepter le résultat du combat quel qu’il soit. * Respecter le code moral du judo. | **PLUS DIFFICILE**  **Comme attaquant** (départ debout)   * Je sais saisir mon adversaire et me déplacer en utilisant des pas glissés avec des rythmes variés (pousser, tirer, tourner…). * J’utilise des leviers pour retourner mon adversaire sur le dos. * Je sais appliquer plusieurs contrôles pour maintenir mon adversaire sur le dos. * J’accompagner sa chute. * Je gère mes efforts, je change le rythme de mes actions au cours du combat.   **Comme défenseur** (départ debout)   * J’esquive et/ou je bloque une attaque. * Je réagis en adoptant une position de fermeture ou de contre attaque. * Je sors de l’immobilisation. |

Situation d'apprentissage – Livret EPS