|  |  |
| --- | --- |
| ***Coopérer ou s’opposer individuellement et collectivement*** | **Jeux de lutte 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). **Objectif spécifique :**Dans une situation de jeu duel au sol, choisir le geste et la tactique adaptée pour amener son adversaire au sol et l’immobiliser tout en respectant son intégrité physique.**Objectifs affectifs et sociaux :*** Respecter les règles.
* Compétence 6 du socle : respect des règles reconnues ; assumer les rôles sociaux (juge, arbitre, observateur).
* 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).
* J’ai mes affaires de sport.
* Je respecte les autres.
 |
|  |  | **PLUS FACILE** |
| **MATERIEL**Plusieurs tapis, chronomètre, grille de points… | **CRITERES DE REUSSITE****Attaque :*** Je saisis mon adversaire.
* Je le déséquilibre.
* Je l’amène au sol.
* Je l’’immobilise.

**Défense :*** Je résiste pour conserver mon équilibre.
* Je me dégage le plus rapidement possible d’une immobilisation.

**Arbitre :** | **Comme attaquant** (départ à genoux)* J’approche et j’utilise des éléments simples (saisir, tirer, pousser, supprimer les appuis).
* Je déséquilibre mon adversaire pour l’amener sur le dos et le maintenir pendant 5 secondes.

**Comme défenseur** (départ à genoux)* J’utilise des éléments simples (repousser, esquiver, répartir ses appuis, être mobile).
* Je garde une position ventrale quand je suis au sol.
* Je tente de me dégager d’une immobilisation et je reprends le rôle d’attaquant.
* J’accepte le déséquilibre et la chute.
 |
| **REGLES DE SECURITE, REGLES D’OR** |
| **PLUS DIFFICILE** |
| * 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.
 | - J’arbitre seul selon des règles simples. | **Comme attaquant** (départ au sol ou debout)* Je saisi mon adversaire, j’utilise sa force et des changements d’appuis pour le déséquilibrer.
* J’accepter de me déséquilibrer pour mettre l’adversaire en difficulté.
* J’accompagne sa chute.
* Je gère mes efforts, je change le rythme de mes actions au cours du combat.

**Comme défenseur** (départ au sol ou debout)* J’anticipe sur l’action de l’attaquant.
* Je me dégage le plus rapidement possible.
* J’utilise le déséquilibre de l’adversaire pour prendre momentanément le dessus.
 |

Situation d'apprentissage – Livret EPS