

# LUTTE



## Attendus

Combattre au corps à corps, dans un espace délimité et sécurisé

Agir en toute sécurité dans un cadre réglementaire construit en commun

Prendre des décisions en fonction de l'activité de l'adversaire, en coordonnant les saisies, les points d'appuis et les actions sur le corps de l'adversaire permettant :

- De réaliser un « tombé ».
- Accumuler des points d'avantages.

### Connaissances et compétences associées

Combattre en prenant des initiatives ou en tenant compte des initiatives de l'adversaire.

- Accepter le contact physique en réduisant la distance d'affrontement.
- Varier les points d'appuis et saisies de l'adversaire pour le limiter dans ses déplacements et ses actions.
- Reconnaître les situations de danger ou favorables et prendre des décisions en conséquence.
- Maîtriser les techniques de base : contrôles, ramassements bras/jambes, déplacements, esquives.
- Savoir chuter sans appréhension/faire chuter sans risque

Connaître le vocabulaire spécifique

Rôles sociaux

- Suivre le rituel mis en place pour montrer le respect de l'adversaire et de l'arbitre
- Coopérer dans le travail pour aider à apprendre.
- Jouer le rôle d'arbitre, de responsable de table (marque et chronométrage)
- Conseiller lors d'un combat en indiquant les points faibles de l'adversaire

### Exemples de situations d'activité ou de ressources pour l'élève

Les variables pour construire des situations

- Les espaces de jeu (en cercle, en couloir..)
- La pression temporelle.
- Les contraintes réglementaires et les systèmes de marques.
- Les positions de départ permettant de partir en situation d'avantage ou de désavantage.
- Des situations de combat :
  - Réversibilité des statuts ou pas
  - Sol/debout ou mixtes
  - Contraintes sur les combattants (interdictions, saisies...)
  - Niveau d'opposition
- Les formes de groupement
  - Permettant progressivement la mixité.
  - Tenant compte de la taille, du poids et de l'énergie déployée par les combattants.

### Repères de progressivité

(les étapes correspondent au niveau des élèves et non pas aux cycles 2.3 et 4)

**Étape 1 :** L'élève accepte de rentrer dans un jeu d'opposition au corps à corps à partir de situations mettant en œuvres des actions simples (pousser/tirer/tourner/faire tourner) et sans risque (au sol essentiellement).

L'arbitre sait identifier la réussite ou non de l'action, il fait respecter l'espace de combat.

**Étape 2 :** Combattre à partir d'un contrôle imposé (bras/jambe). Chercher à gagner en cumulant des avantages.

L'arbitre sait arrêter le combat lorsqu'il le faut : pénalité, risque, espace de combat non respecté.

**Étape 3 :** Gagner par « tombé » est possible. L'élève sait identifier le rapport de force et cherche à utiliser l'ensemble du répertoire technique à sa disposition. La gestion du temps de combat devient nécessaire.

L'arbitre est un « directeur de combat » qui assure marque et sécurité en utilisant les gestes et le vocabulaire appropriés.