

Compétence attendue Niveau : S'engager loyalement dans un combat, en rechercher le gain par l'utilisation de contrôles et formes d'attaques en décalage. Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité.

Connaissances	Capacités	Attitude
<p>Rituel de la lutte</p> <p>Combattant</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le matériel, les espaces, les placements et les règles utiles à la sécurité. - Connaître les principes d'action réaction simple - La différence entre les saisies et les contrôles - Les principes d'efficacité liés à la réalisation des décalages. - <i>Quelques luttes folkloriques et Traditionnelles</i> <p>Arbitre / observateur</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les principaux critères de réussite liés au savoir chuter et faire chuter sans risque, aux mises en danger et au tombé en combat - Un règlement simplifié - <i>S'exprimer dans sa pratique avec les termes associés aux actions réalisées, obtenues ou reconnues pendant le combat</i> 	<p>Combattant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Construire des saisies sur l'adverse. - Utiliser une poussée ou une tirade de l'adversaire pour le contrôler, le retourner ou l'immobiliser - Prendre un contrôle simple sur le corps adverse : - Peser et fixer ses appuis de l'adversaire. - Réaliser un amené à terre à partir d'un contrôle simple sur une action : <ul style="list-style-type: none"> · de poussée vers l'avant (décalage avant) · de poussée latérale (décalage avant) · utilisant un couple de rotation (décalage en rotation) - Construire un équilibre de couple permettant de s'équilibrer pendant la chute - Maintenir sur le dos les omoplates de son adversaire. - Se défendre en revenant à plat ventre ou surpassant son adversaire d'une position de mise en danger ou de « tombé ». - Savoir chuter et faire chuter sans risque. (préalable au combat debout) <p>Arbitre/ observateur:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réagir et stopper le combat lors de : sorties de zone, gestes et prises interdites. - Faire appliquer les règles relatives aux rituels, sanctions, arrêts, cotations et actions correspondantes durant un combat. - Observer et reconnaître les comportements adaptés au savoir chuter et faire chuter sans risque pour le chuteur et pour le projeteur <p>Ressources principalement développées:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bio affectives (accepter le contact, la confrontation, la chute, transformer les préjugés initiaux,..), Bio informationnelles (repères visuelles et kinesthésiques,...) - Bio mécaniques (poids du corps, équilibre de couple simple, leviers,...) 	<p>Combattant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Accepter d'entrée en contact proche avec son adversaire et le tapis - Respecter les autres et leurs différences en luttant avec eux. - Maîtriser ses émotions et ses actions liées à la confrontation - Adopter une attitude combative et fair-play lors des combats - Etre attentif aux injonctions de l'arbitre - Tolérer des appuis variés sur l'autre et les déséquilibres liés à la chute <p>Arbitre/observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Assumer les rôles proposés - Etre vigilant sur les actions et prises dangereuses - Rester intègre par rapport aux combattants - S'engager dans les rôles variés avec rigueur

Liens avec le socle

Compétence 1 : S'exprimer à l'oral en maîtrisant un vocabulaire précis et spécifique dans les échanges liés à l'arbitrage, au jugement et à l'observation.
 Compétence 6 : Comprendre et mettre en oeuvre les conditions pour agir en sécurité. Comprendre l'importance du respect mutuel dans l'activité (respect de l'adversaire, de la décision d'un juge, d'un arbitre). Assumer les divers rôles sociaux (juge, arbitre, partenaire) pour permettre à ses camarades de progresser.
 Compétence 7 : Prendre des initiatives, rechercher et expérimenter des solutions d'attaque et de défense adaptées à ses ressources. Fonctionner en petits groupes autonomes.