

# JEUX D'OPPOSITION au C2

## NOTRE CHOIX : LES JEUX DE COMBAT DE PREHENSION



Le domaine des oppositions inter individuelles envisage 2 types d'actions sur l'autre :

- les touches (type escrime, boxe)
- les préhensions (type lutte, judo, samba)

Avec de très jeunes élèves, il nous paraît pertinent de les confronter prioritairement à des situations de préhension.

### COMPETENCE SPECIFIQUE

S'opposer individuellement

## LES JEUX DE COMBAT DE PREHENSION

### DEFINITION

Activité duelle de combat et de préhension sur tout le corps, dans un espace limité, dont l'objectif est de déstabiliser un adversaire (debout ou à quatre pattes) afin de le stabiliser à nouveau (au sol ou hors limites).

### ESSENCE DE L'ACTIVITE

Activité dont le but est de développer des stratégies visant à réduire l'incertitude provoquée par l'adversaire.

### LOGIQUE INTERNE DE L'ACTIVITE

#### PROBLEMES FONDAMENTAUX

- Accepter d'agir avec son corps qui est à la fois moyen d'action et cible
- Gérer le couple risque / sécurité
- Dans la même action, être à la fois attaquant et défenseur.

### ENJEUX DE FORMATION

- Accepter le contact avec l'autre
- Gérer un affrontement codifié
- Construire des stratégies corporelles dans un temps bref
- Gérer ses émotions (passer d'une émotion inhibitrice à une émotion dynamisante)

## SAVOIRS A CONSTRUIRE : QUE DOIT APPRENDRE L'ELEVE ? :

### • HABILETES MOTRICES :

Construire des actions motrices variées pour affronter un adversaire en corps a corps : saisir, retourner, immobiliser, retenir, soulever, porter, déséquilibrer, pousser, résister, esquiver, supprimer des appuis, construire un nouvel équilibre, maîtriser et utiliser la force de l'autre...

### • METHODES :

Prendre des indices simples :

- identifier différents espaces de jeu, apprécier des distances

Prendre des repères pour être plus efficace

- nommer et caractériser différentes actions motrices

Accepter et assurer les différents rôles (observateur, arbitre...)

- connaître et respecter des règles.

Prendre en compte le résultat de son action en comparant les effets recherchés et les effets obtenus

- analyser les actions efficaces

Ajuster ses actions en fonction des buts visés

Mesurer les risques pris ou à prendre

Savoir apprécier l'action des autres comme observateur ou arbitre

### • ATTITUDES ET MOTIVATIONS :

Oser s'engager dans le jeu : accepter le contact avec un partenaire, un adversaire ;

Assurer sa sécurité et celle des autres,

Maîtriser son énergie lors du combat ;

Accepter un résultat,

### • NOTIONS ET CONNAISSANCES :

Traction, appuis, équilibre, déséquilibre, levier

Espaces

Sécurité

## BIBLIOGRAPHIE / SITOGRAFIE : (REFERENCES SOURCES DE CE DOCUMENT)

Pour mettre en place leur module, les enseignants pourront s'inspirer des outils pédagogiques ci-après :

[LES JEUX DE COMBAT A L'ECOLE \(DOCUMENT DE L'EQUIPE EPS DU CALVADOS\)](#)

[ACTIVITES DE LUTTE \(DOCUMENT DE L'EQUIPE EPS DE LA SARTHE\)](#)

[AUTOUR DES JEUX D'OPPOSITION DE LA PS AU CE1 \(DOCUMENT DE CPC EPS DE MOSELLE\)](#)

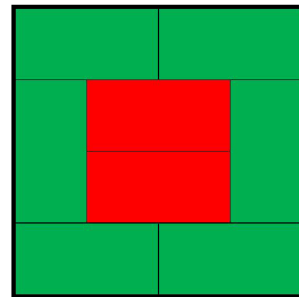
## PRINCIPES GENERAUX :

- ❖ Espaces de lutte délimités et clairement identifiés par les élèves qui pourront évoluer sans risque : salle spécialisée, surface sablonneuse, herbeuse, tapis de gymnastique en nombre suffisant.
- ❖ Pratiquer les jeux d'opposition pieds nus pour une meilleure adhérence au tapis.
- ❖ Proscrire bijoux, barrettes, montres... pour éviter de les abîmer et de se blesser.
- ❖ Demander d'avoir les cheveux longs attachés (chouchous, élastiques).
- ❖ Éloigner les surfaces de réception des murs, fenêtres, meubles, angles vifs...
- ❖ Tenue de sport **peu fragile** conseillée...
- ❖ Favoriser des **groupes** permettant la rencontre de **couples équilibrés** en taille et en poids. Tenir également compte de la **tonicité** de certains enfants (capacité à maintenir une contraction musculaire permanente permettant de mobiliser énergie et réactivité).
- ❖ Changer systématiquement de **partenaire** et de **rôle** au cours d'une même situation : attaquant - défenseur – juge – chronométrateur –

## • Dimensions de l'aire de jeu :

Rouge = aire de jeu ( $4 \text{ m}^2 = 2$  tapis rouges de  $2 \text{ m} \times 1 \text{ m}$ )

Vert = zone de protection (sécurité passive)( $12 \text{ m}^2 = 6$  tapis verts de  $2 \text{ m} \times 1 \text{ m}$ )



## • La sécurité :

Les activités d'opposition sont l'occasion de viser une éducation sécuritaire au travers de deux types de sécurité :

- L'une dite « passive », gérée par l'adulte et qui consiste à aménager un milieu sécurisant.
- L'autre, « active », à maîtriser par les enfants et qui consiste en l'apprentissage des règles et des actions permettant de veiller à sa sécurité et à celle des autres.

Il convient d'en installer les règles dès le début :

- ❖ Ne pas donner de coup (ni pincer, ...).
- ❖ Pas de mains au visage.
- ❖ Pas de bras / de mains autour du cou (risque d'étranglement).
- ❖ Pas de torsion des membres.
- ❖ Pas de chute pour le travail debout.
- ❖ Aucun geste dangereux (tirer les cheveux, ...).



### LA REGLE D'OR

- Ne pas se faire mal**
- Ne pas faire mal à l'autre**
- Ne pas se laisser faire mal**

Si la règle n'est pas respectée, je frappe aussitôt sur le tapis.

Dès que mon adversaire frappe sur le tapis, je relâche mon étreinte et j'arrête le combat.

## ECHAUFFEMENT :

Environ 15 minutes.

- Jeux d'échauffement individuel en déplacement (travail par vague pour éviter les télescopages et pour un gain de temps) :
- traversées à 4 pattes, traversées à 4 pattes avec une patte arrière blessée, traversées en saut de lapin (2 pattes avant puis 2 pattes arrières), en saut de kangourou (sans les mains), en saut de grenouilles (les 4 pattes ensemble), ramper sur le ventre, sur le dos.

- Echauffement individuel statique pour les articulations les plus sollicitées :

- les poignets (ex : mains jointes mouvement de smurf, le rythme à 3 temps : 2 mains puis cuisse droite puis cuisse gauche),
- le cou (ex : grand OUI, grand NON, grands CERCLES),
- les chevilles (ex : grands CERCLES dans les deux sens),
- les doigts,
- les genoux.

## ETIREMENTS :

- Ils durent environ 5 à 10 minutes.

- Pourquoi ?
  - retour au calme
  - éviter les courbatures

- (avec ou sans musique), seul ou à deux pour utiliser le poids d'un partenaire mais jamais en force et sans aucun mouvement brusque.

## LE CHOIX DES SITUATIONS :

### LES JEUX D'OPPOSITION DE PREHENSION :

« VAINCRE, DOMINER SON ADVERSAIRE DANS DES MANIPULATIONS CORPS A CORPS TOUT EN LE RESPECTANT, SANS PORTER ATTEINTE A SON INTEGRITE PHYSIQUE POUR S'AFFIRMER LE MEILLEUR ».

LES FONDAMENTAUX	LES PRINCIPES OPERATIONNELS
ETRE 2 S'AFFRONTER DANS UN CORPS A CORPS SE DEPLACER DANS UN ESPACE LIMITE TEMPS BREF	EXCLURE L'AUTRE DE SON TERRITOIRE FAIRE TOUCHER TERRE A L'AUTRE FIXER L'AUTRE AU SOL ENTRAVER LES MOUVEMENTS DE L'AUTRE

Proposition de **8 situations mettant en jeu les 4 principes opérationnels :**

- **3 jeux individuels**

- **3 jeux collectifs**

- **2 jeux « debout »**

POLE	JEU N°	NOM	PRINCIPE OPERATIONNEL
JEUX INDIVIDUELS	1	JE N'IRAI PAS CHEZ TOI...	EXCLURE L'AUTRE DE SON TERRITOIRE
	2	LE COMBAT DE COQS	FAIRE TOUCHER TERRE A L'AUTRE
	3	LE SUMO	EXCLURE L'AUTRE DE SON TERRITOIRE
JEUX COLLECTIFS	4	LE JEU DES CREPES	FIXER L'AUTRE AU SOL
	5	LE JEU DES MEUBLES	EXCLURE L'AUTRE DE SON TERRITOIRE
	6	FOURMIS ET LEZARDS	ENTRAVER LES MOUVEMENTS DE L'AUTRE
JEUX « DEBOUT »	7	LA MARE AUX ECRESSISSES	EXCLURE L'AUTRE DE SON TERRITOIRE
	8	LA QUEUE DU DIABLE	ENTRAVER LES MOUVEMENTS DE L'AUTRE

## LES ESPACES ET LA DUREE DE JEUX :

- Les jeux collectifs et les jeux individuels (pôles 1 et 2) se déroulent sur une aire de jeux aménagée (cf. principes généraux).
- Les jeux « debout » (pôle 3) **peuvent éventuellement se dérouler en extérieur.**
- Chaque manche dure **45'' à 1'** pour les jeux individuels ou les jeux collectifs (au sol) et **2' à 3'** pour les jeux « debout ».

# Jeu 1: Je n'irai pas chez toi...

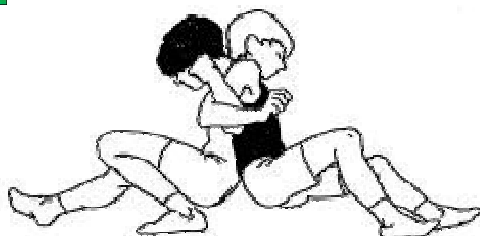


## But :

Réussir à repousser son adversaire dans son camp en poussant uniquement avec les pieds.

## Dispositif:

Les enfants jouent par 2 sur espace formé de 2 tapis horizontaux et deux tapis verticaux (soit 4m X 2m).



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 4 tapis (2m X 1m)

## Temps de jeu :

- La partie se joue en manches de 45 secondes.
- Quand un joueur marque un point, le jeu reprend au départ.

## Déroulement :

- Au départ, les joueurs sont **assis dos à dos, bras accrochés** au centre de l'aire de jeu.
- A doit repousser B dans son propre camp en ne s'aidant que de ses pieds et inversement).
- Autant de tentatives que possible en 45 secondes.
- Revenir au centre après chaque point marqué.

## Critères de Réussite :

- Un point est marqué si le joueur adverse sort entièrement de l'aire de jeu par l'arrière.
- Réussir à repousser son adversaire dans son propre camp le plus grand nombre de fois au terme des 45 secondes.

## Variables

Autoriser la possibilité de se mettre debout dans l'action  
Sortie de l'espace de jeu autorisée par tous les côtés

# Jeu 2: Le combat de coqs

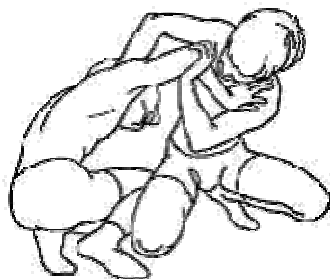
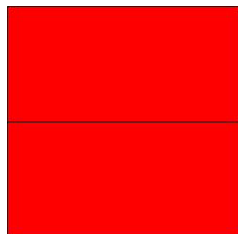


## But :

Parvenir à faire poser une main au sol à son adversaire en le poussant en position « accroupi ».

## Dispositif:

Les enfants jouent par 2 sur un espace limité formé de 2 tapis horizontaux (soit 2m X 2m).



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 2 tapis (2m X 1m)

## Temps de jeu :

- La partie se joue en manches de 45 secondes.
- Quand un joueur marque un point, le jeu reprend au départ.

## Déroulement :

- Au départ, les joueurs sont **accroupis face à face** au centre de l'aire de jeu.
- En position « accroupi », par sursauts successifs, A doit repousser B pour lui faire toucher une main au sol. (Celui qui roule en arrière mais qui revient sur ses pieds sans mettre la main au sol...continue !)
- Saisies non autorisées.
- Autant de tentatives que possible en 45 secondes.
- Revenir au centre après chaque point marqué.

## Critère de Réussite :

- Un point est marqué si le joueur adverse pose une main au sol dans l'aire de jeu.
- Marquer plus de points que son adversaire au terme des 45 secondes.

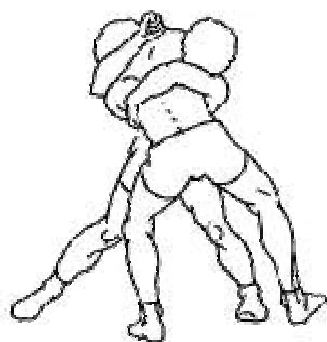
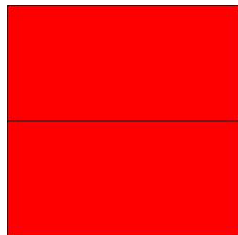
# Jeu 3: Le Sumo

**But :**

Faire sortir son adversaire de l'espace de jeu.

**Dispositif :**

Les enfants jouent par 2 sur un espace limité formé de 2 tapis horizontaux (soit 2m X 2m).

**Matériel :**

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 2 tapis (2m X 1m)

**Temps de jeu :**

- La partie se joue en manches de 45 secondes.
- Quand un joueur marque un point, le jeu reprend au départ.

**Déroulement:**

- Au départ, les 2 joueurs **posent leurs mains sur les épaules de leur adversaire.**
- Le jeu se pratique debout : exclure l'autre de l'espace de jeu.
- Interdiction de se mettre au sol volontairement.
- Autant de tentatives que possible en 45 secondes.
- Revenir au centre après chaque point marqué.

**Critère de Réussite :**

- A marque un point à chaque fois qu'il réussit à **soulever, expulser, repousser** B de l'aire de jeu en 45 secondes et inversement.
- Marquer plus de points que son adversaire pendant les 45 secondes de jeu. .

# Jeu 4: Le jeu des crêpes



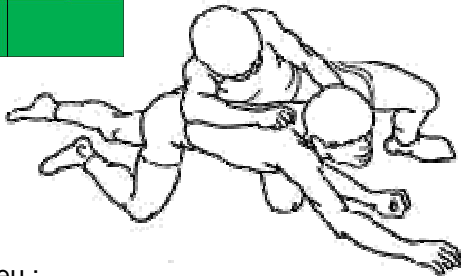
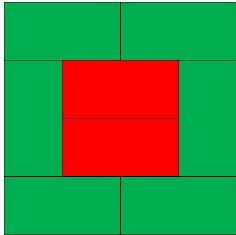
## But :

- Pour les cuisiniers : retourner un maximum de crêpes.
- Pour les crêpes : résister aux cuisiniers pour ne pas se faire retourner.

## Dispositif :

Les enfants sont répartis en équipes de 4 joueurs :

- 1 équipe (crêpes) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (cuisiniers) au bord de l'aire de jeu
- 1 équipe (spectateurs) à l'extérieur de l'aire de jeu



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 8 tapis (2m X 1m)
- 4 chasubles (pour les crêpes)

Temps de jeu :

- La partie se joue en 45 secondes **maximum**.

## Déroulement :

- Au départ, les crêpes sont **allongées sur le ventre** sur l'aire de jeu.
- Au signal, les cuisiniers s'organisent et agissent pour retourner un maximum de crêpes en 45 secondes.
- Une crêpe retournée reste **immobile**.
- Un cuisinier libre peut aider un autre cuisinier.
- Le jeu s'arrête lorsque toutes les crêpes sont retournées **ou** au bout de 45 secondes.

## Critères de Réussite :

- Pour les cuisiniers : retourner plus de 2 crêpes sur 4.
- Pour les crêpes : résister à plus de 2 cuisiniers sur 4.



# Jeu 5: Le jeu des meubles



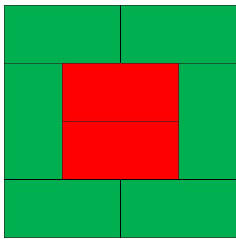
## But :

- Pour les déménageurs : sortir un maximum de meubles de l'aire de jeu.
- Pour les meubles : résister aux déménageurs pour ne pas sortir de l'aire de jeu.

## Aménagement :

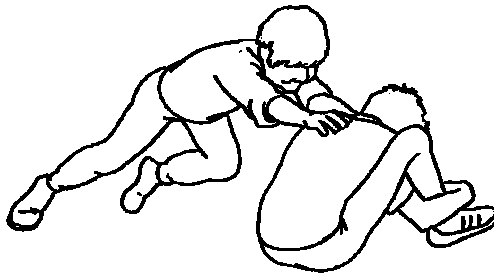
Les enfants sont répartis en équipes de 4 joueurs :

- 1 équipe (meubles) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (déménageurs) au bord de l'aire de jeu
- 1 équipe (spectateurs) à l'extérieur de l'aire de jeu



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 8 tapis (2m X 1m)
- 4 chasubles (pour les meubles)



Temps de jeu :

- La partie se joue en 45 secondes **maximum**.

## Déroulement :

- Au départ, les meubles sont immobiles à **quatre pattes** sur l'aire de jeu.
- Au signal, les déménageurs s'organisent et agissent pour faire sortir un maximum de meubles en 45 secondes.
- Les meubles doivent résister aux déménageurs mais **ne peuvent fuir**.
- Les déménageurs peuvent lutter debout et un déménageur libre peut en aider un autre.
- Le jeu s'arrête lorsque tous les meubles sont sortis **ou** au bout de 45 secondes.

## Critères de Réussite :

- Pour les déménageurs : sortir de l'aire de jeu plus de 2 meubles sur 4.
- Pour les meubles : résister à plus de 2 déménageurs sur 4.

# Jeu 6: Fourmis et Lézards



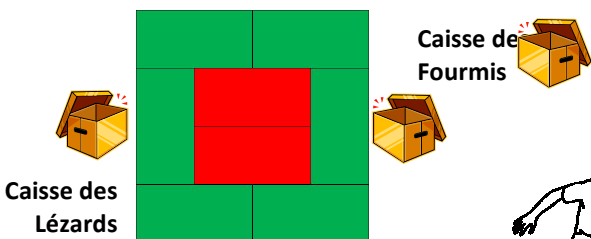
## But :

- Pour les fourmis : récupérer leur nourriture dans la réserve des lézards.
- Pour les lézards : protéger leur réserve et reprendre la nourriture des fourmis.

## Dispositif :

Les enfants sont répartis en équipes de 4 joueurs :

- 1 équipe (fourmis) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (lézards) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (spectateurs) à l'extérieur de l'aire de jeu

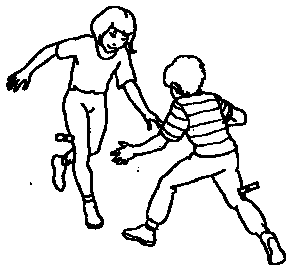


## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 8 tapis (2m X 1m)
- 8 chasubles (pour les fourmis et les lézards)
- 2 caisses
- 12 épingles (dans la caisse des lézards)

Temps de jeu :

- La partie se joue en 45 secondes.



## Déroulement:

- Au départ, les fourmis et les lézards sont à quatre pattes près de leur caisse (tapis verts respectifs).
- Au signal :

**les fourmis agissent à quatre pattes** pour aller récupérer leur nourriture (épingle) dans la caisse des lézards.

→ on ne peut sortir de l'aire de jeu que par l'arrière (côtés interdits)

→ on est intouchable hors de l'aire de jeu

→ on ne peut prendre qu'une seule épingle à la fois **que l'on fixe sur la jambe du pantalon** (pour ne pas se faire mal)

**les lézards agissent à quatre pattes** et cherchent à reprendre la nourriture (épingle) portée par les fourmis pour la remettre dans leur caisse.

→ on ne peut pas lutter avec une fourmi dès lors qu'elle n'est pas sur l'aire de jeu

→ on ne peut pas prendre la nourriture dans la caisse des fourmis

→ on ramène les épingles prises l'une après l'autre

## Critère de Réussite :

- Avoir plus d'épingles dans sa caisse que l'adversaire au terme des 45 secondes.

# Jeu 7: La mare aux écrevisses



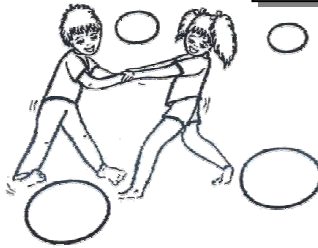
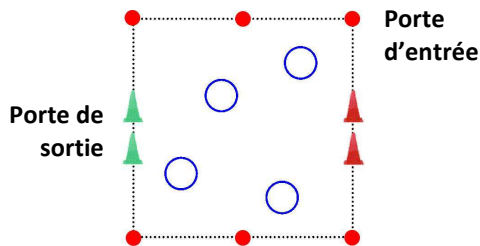
## But :

- Pour les pêcheurs : conduire les écrevisses hors de leur mare.
- Pour les écrevisses : éviter de se faire prendre par les pêcheurs.

## Dispositif:

Les enfants sont répartis en équipes de 4 joueurs sur un terrain de 5m X 5m :

- 1 équipe (pêcheurs) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (écrevisses) sur l'aire de jeu
- 1 équipe (spectateurs) à l'extérieur de l'aire de jeu



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 4 cerceaux
- 6 coupelles (matérialisation du terrain)
- 4 plots (matérialisation des portes)
- 4 chasubles (pour les écrevisses)

## Temps de jeu :

- La partie se joue en 2 minutes.
- Chaque écrevisse qui sort par la porte de sortie rapporte un point à l'équipe des pêcheurs.

## Déroulement :

- Au départ, deux joueurs (une écrevisse et un pêcheur) **se tiennent debout par les mains ou les poignets dans la mare** (extérieur des cerceaux).

- Au signal :

**le pêcheur de chaque duo s'organise et agit pour tirer ou pousser son écrevisse hors de la mare** (dans un cerceau)

→ interdiction pour le pêcheur de pénétrer dans les cerceaux

→ on ne lutte qu'en prise de mains

→ il ne peut y avoir qu'une seule écrevisse par cerceau

→ un pêcheur libre peut en aider un autre

**les écrevisses résistent à leur pêcheur afin d'éviter de pénétrer dans un cerceau.**

→ on est pris lorsque l'on a **les deux pieds** dans un cerceau.

→ une fois prise, une écrevisse sort de l'aire de jeu par la porte de sortie, fait le tour **et entre à nouveau en jeu par la porte d'entrée.**

## Critères de Réussite :

- Pour les pêcheurs : parvenir à sortir plus de 6 écrevisses de la mare.
- Pour les écrevisses : résister pour éviter que 6 écrevisses soient prises.

# Jeu 8: La queue du diable

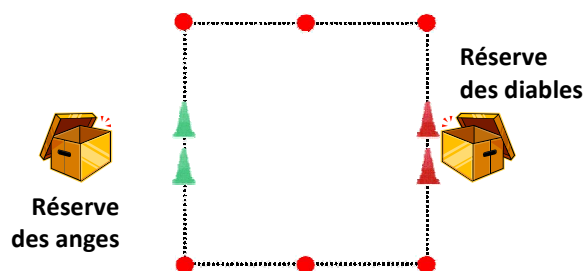


## But :

- Pour les anges : attraper la queue des diables.
- Pour les diables : attraper la queue des anges.

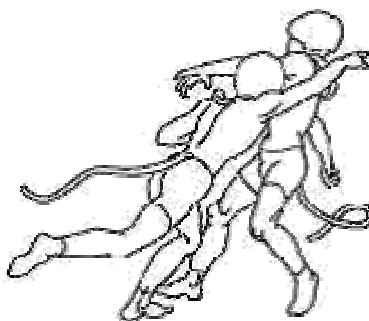
## Aménagement :

- Les enfants sont répartis en équipes de 4 joueurs sur un terrain de 5m X 5m :
- 1 équipe (anges) sur l'aire de jeu
  - 1 équipe (diables) sur l'aire de jeu
  - 1 équipe (spectateurs) à l'extérieur de l'aire de jeu



## Matériel :

- 1 sifflet
- 1 chronomètre
- 18 foulards
- 4 chasubles (pour les anges)
- 6 coupelles (matérialisation du terrain)
- 4 plots (matérialisation des portes)
- 2 caisses



## Temps de jeu :

- La partie se joue en 2 minutes.

## Déroulement :

- Tous les joueurs s'accrochent une queue (une couleur par équipe) à la ceinture.
- Dans chaque caisse se trouve une réserve de 5 queues.
- Au départ, deux joueurs (un diable et un ange) **sont en contact debout, épaule contre épaule.**
- Au signal :
  - > **le diable de chaque duo s'organise et agit pour prendre la queue dans le dos de l'ange (qui vaut 2 points).**
  - > **l'ange de chaque duo s'organise et agit pour prendre la queue dans le dos du diable (qui vaut 1 point).**
  - on lutte debout.
  - dès lors que l'on perd sa queue, il est interdit de lutter. On va alors en reprendre une dans sa réserve pour entrer à nouveau en jeu.
  - lorsque l'on gagne une queue, on va la déposer dans sa propre réserve. A ce moment-là, on est intouchable.

## Critères de Réussite :

Au terme des 2 minutes, on retire dans chaque réserve les 5 queues du départ.  
On comptabilise les queues restantes.

NB : les queues présentes dans la caisse des diables comptent double ! (ce sont des queues d'anges)

- Pour les diables : prendre un maximum de queues aux anges (attention : les queues des anges valent double).
- Pour les anges : prendre un maximum de queues aux diables.