

# LUTTE

Les domaines du socle	Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer	Domaine 2 Les méthodes et outils pour apprendre	Domaine 3 La formation de la personne et du citoyen	Domaine 4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Domaine 5 Les représentations du monde et de l'activité humaine
5 compétences travaillées en EPS	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps	S'approprier par la pratique physique et sportive des méthodes et outils pour apprendre	Partager des règles et des responsabilités	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	S'approprier une culture sportive et artistique
Champs d'apprentissage concernés	<b>CHAMP D'APPRENTISSAGE N°4 = « Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel ».</b>				
<b>Cycle 4 5ème</b>					
Les compétences travaillées ou visées pour ce champ	Coordonner des actions motrices simples. Contrôler, retourner et immobiliser l'adversaire/le partenaire.	Coopérer pour attaquer et défendre. S'informer pour agir. Repérer les indices pour se reconnaître dominant ou dominé. Accepter de répéter pour progresser.	Accepter de tenir des rôles simples d'arbitres et d'observateur (juge).	Respecter les règles de sécurité afin de préserver l'intégrité physique de l'autre et la sienne, au sol ou dans la chute.	Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques et techniques simples. Connaître les règles et le vocabulaire de fonctionnement et de gestion d'un combat.
<b>LUTTE 5ème</b>	Chuter et faire chuter. Retourner l'adversaire pour le contrôler. Peser sur l'adversaire pour le fixer au sol. Enchaîner des actions simples dans des sens et des directions différentes. Contrôler le haut du corps pour dominer. Bloquer ou parer les attaques directes, et riposter en défense. Se sortir d'une situation difficile.	Les repères sur l'adversaire concernant les opportunités pour prendre un contrôle et réaliser une forme de corps. Les formes de corps dans des directions et des axes de rotations différents (avant, arrière, tirer, pousser, rotation, glisser, arracher). Accepter les remarques.	Connaître et repérer les indices de passivité (fuite, recul, fermeture), les cotations des actions, les commandements. Arbitrer en utilisant le vocabulaire et les gestes adaptés. Faire respecter les règles et annoncer correctement tous les commandements. Se concentrer et rester intègre. Observer, compter, chronométrer, annoncer le résultat, tenir une feuille de combat.	Savoir chuter et faire chuter sans risque sur des projections basses réalisées. Maîtriser son engagement dans le combat.	Connaître le vocabulaire spécifique de la lutte (tombé, mise en danger, domination, saisie, contrôle, domination, dominé). Accepter le contact proche quel que soit le partenaire/l'adversaire. Gérer ses émotions en situation d'opposition.
Attendus de fin de séquence d'apprentissage	<i>S'engager loyalement et en toute sécurité dans un combat, en recherchant le gain par l'utilisation de contrôles et formes de corps sur un adversaire gardant ses appuis au sol. En situation de coopération, accepter le contact en tant que dominant ou dominé, maîtriser l'intensité de la coopération, accepter de chuter et faire chuter. Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité.</i>				

## Situation de référence LUTTE CYCLE 4 5<sup>ème</sup>

Groupes de 3 ou 5. Groupes constitués en respectant la morphologie et le poids des élèves. Les groupes peuvent être mixtes (à ajuster en fonction du profil de la classe).

### - Organisation et rôles sociaux :

2 groupes par aire de combat. Un lutteur chasuble bleu, un lutteur chasuble rouge. Un juge rouge et un juge bleu responsables d'annoncer les cotations marquées par les lutteurs. Un arbitre qui gère le temps et des marqueurs qui remplissent les feuilles de match.

Groupes constitués en respectant la morphologie et le poids des élèves. Les groupes peuvent être mixtes (à ajuster en fonction du profil de la classe).

**Combat au sol d'1 min 30/départ de face.** Le tombé tel qu'il est connu dans l'essence de l'activité est légèrement modifié dans la SR. Le travail s'axera sur l'immobilisation de l'adversaire sur le dos (même si les 2 omoplates ne sont pas réellement collées au sol) sur un temps supérieur à ce qui est préconisé dans l'activité fédéral ou en AS.

### - Cotations offensives :

**1 point** = Domination (passage dans le dos/position plat ventre)

**10 points** = Mise en danger de l'adversaire (épaules orientées/ adversaire sur les fesses /passage bref sur le dos)

**100 points** = immobilisation sur le dos 10'

A l'issue de l'évaluation et des 4 combats réalisés, **un solde** sera calculé pour chaque élève (points pour/points contre). Ce solde correspond à la capacité de l'élève à s'engager de manière efficace dans un combat ce qui est révélateur d'un profil de lutteur.

## Evaluation par compétences LUTTE CYCLE 4 5<sup>ème</sup>

	Domaine 1 Les langages pour penser et communiquer	Domaine 3 Formation de la personne et du citoyen	Domaine 5 Représentation du monde et de l'activité humaine
<b>ITEMS</b>	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.	S'approprier une culture physique sportive et artistique
<b>Compétences redéfinies à évaluer dans sacoché</b>	<i><b>Maîtriser et utiliser des techniques spécifiques pour combattre de façon efficace et sécuritaire lors d'une opposition équilibrée.</b></i>	<i><b>Co arbitrer un combat, tenir différents rôles (juge/arbitre/marqueur)</b></i>	<i><b>Être capable de remporter le plus de victoire possible dans un groupe de niveau homogène.</b></i>
	Utilise plusieurs techniques. Domine/retourne immobilise régulièrement. Défend. <b>SOLDE &gt; 200</b>	Gestion du combat/proche de l'action/s'impose. Maîtrise le vocabulaire, les commandements.	L'élève remporte le tournoi.
	Investi pleinement dans le combat. Utilise le poids du corps, contact proche. Parvient à dominer et retourner. Immobilisation fréquente. Utilisation d'une seule technique. <b>SOLDE entre 50 et 200 points</b>	Connaît et annonce les cotations de façon précise malgré quelques hésitations et un manque d'assurance. Maîtrise des commandements.	Nombre égal de victoire et défaite ou inverse la tendance (victoire > défaite).
	Engagement/lâche les saisies. N'utilise pas son poids du corps/rupture du contact. Manque de liaison / ne combat pas au plus près. <b>SOLDE entre 0 et 50 points</b>	Gestion du temps de combat. Maîtrise des commandements.	L'élève cumule plus de défaites que de victoires.
	Combattant passif/actions qui se neutralisent N'engage aucune technique <b>SOLDE &lt; 0</b>	Est capable de gérer uniquement le temps. Dépassé ou non investi dans les autres rôles.	Élève cumule uniquement des défaites.