

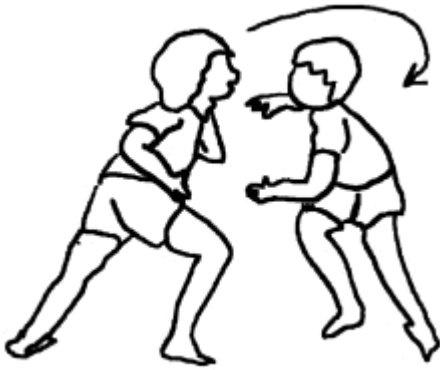




Situations	Objectifs	Variantes
Situation de référence : Les lutteurs s'affrontent debout, recherchent la chute et l'immobilisation au sol de l'adversaire. Ou bien le soulever hors de l'espace de combat.l'organisation et l'arbitrage des jeux est fait par les élèves.		
<p>Le crocodile</p> 	<p>Maîtrise de l'équilibre en position debout.Attaque au sol.Acceptation de la chute :Le crocodile au sol tente de faire tomber les joueurs dans une aire délimitée.Tout joueur à terre devient crocodile, le dernier debout est le vainqueur.</p>	<p>Jeu au temps.En équipe.</p>
<p>La bouteille en cercle</p> 	<p>Maîtrise de l'équilibre.Liaison debout-sol.Acceptation de la chute.Un joueur tente de faire tomber son adversaire au sol sans lui-même toucher une bouteille posée au sol.</p>	<p>Tenter de faire toucher la bouteille par son adversaire.Le pousser hors du cercle.Prises variées.</p>
<p>La lutte anglaise</p> 	<p>Recherche de différents contrôles.Feintes.Maîtrise des appuis et déplacements.Pour gagner, il faut contourner l'adversaire et le ceinturer par derrière.</p>	<p>Jeu au temps.En équipe.Au capital de points.</p>
<p>Les sumos</p>	<p>Effort intense et rapide.Déclenchement de</p>	<p>Jeu au temps.En</p>

	<p>l'action au moment opportun. Chercher à déséquilibrer l'adversaire ou le pousser hors du cercle, ou le soulever et le porter hors de l'aire de combat.</p>	<p>équipe. Au capital de points.</p>
<p>La lutte turque</p> 	<p>Enchaînements rapides et variés. Différents contrôles. Renforcement musculaire. Pour gagner, il faut soulever l'autre et marcher quelques pas en le portant.</p>	<p>Jeu au temps. Gain de la lutte suivant le type de porter : A la ceinture, sur les épaules, par devant, par derrière.</p>