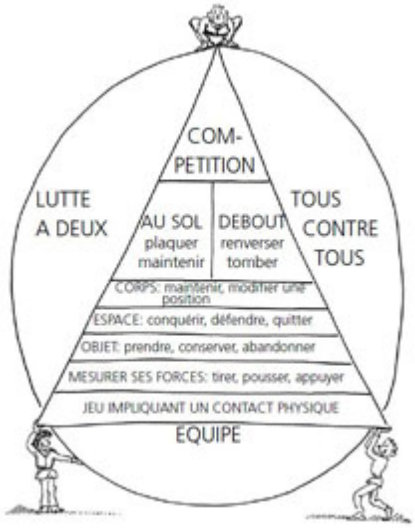
Jeux de lutte: Du petit duel au grand combat

Les situations hasardeuses, chanceuses ou malheureuses peuvent nuire à l'intérêt porté aux jeux de lutte à l'école. Une construction judicieuse de la séquence permettra de limiter ces facteurs.

La pyramide inscrite dans un cercle illustre une possibilité de modèle méthodologique-didactique (voir illustration ci-dessous). Les trois segments représentés dans le cercle illustrent les différentes formes sociales du combat: à deux, en équipe, tous contre tous. La forme sociale choisie pour pratiquer tel ou tel jeu permet d'en moduler l'intensité et de varier le comportement des élèves. Les trois niveaux de la pyramide illustrent la progression suivante: l'approche par le jeu, l'acquisition de techniques, la compétition.



Le niveau inférieur se base sur des jeux de lutte. Tout enseignant est capable, sans connaissances préalables, d'intégrer ces jeux dans ses leçons. Les jeux sont subdivisés selon cinq thèmes différents.

Le niveau intermédiaire de la pyramide englobe des séquences motrices plus techniques, à effectuer au sol ou en position verticale. En expérimentant ces techniques de lutte, les enfants et les enseignants parviennent à acquérir une meilleure compréhension des mouvements. Le but de la lutte en position debout consiste à essayer de renverser son adversaire à terre, en s'aidant des mains, du bassin ou des épaules. Les possibilités d'action sont multiples. La lutte au sol poursuit l'objectif suivant: plaquer l'adversaire au sol, sur le dos, et le maintenir si possible dans cette position.

La compétition est placée au sommet de la pyramide. A ce niveau, il est possible d'organiser – selon les conditions et les règles définies au préalable – toutes sortes de tournois à l'école ou dans le club.

Liste de contrôle

• **Risque de blessure:** Enlever bijoux et chaussures. Selon les jeux organisés, prévoir des matelas.

• **Observation des règles:** Faire comprendre aux élèves que le non-respect des règles n'est absolument pas toléré. L'enseignant joue ici un rôle primordial. En établissant des règles claires et en instaurant une atmosphère sereine, il contribue pleinement au succès de la leçon. L'intervention immédiate de l'enseignant ou de l'arbitre est indispensable.

• **Rituels:** Définir un ensemble de rites; les actions répétitives, comme les cérémonials de salut avant le combat, les gestes, comme la poignée de main qui marque le début du combat, ou le fait d'aider son adversaire à se relever à la fin du combat constituent au fil du temps une chaîne de rituels qui agissent de façon positive sur le déroulement de la leçon et sur la bonne entente des élèves.

• **Signal d'arrêt:** Convenir d'un signal distinct si l'un des adversaires ressent une douleur, auquel cas le combat doit être immédiatement interrompu.

• **Egalité des chances:** Donner à chacun la possibilité de vivre une expérience de réussite. C'est notamment très important dans la forme du combat à deux. C'est pourquoi l'enseignant veillera à tenir compte, lors de la composition des équipes, de la force, de la taille et du poids des élèves.

Source: Sigg, B., Teuber-Gioiella, Z. (1999). Cahier pratique «mobile» 2/1999: Juguler la violence par des jeux de lutte. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO