

Jeux de lutte: Sumo

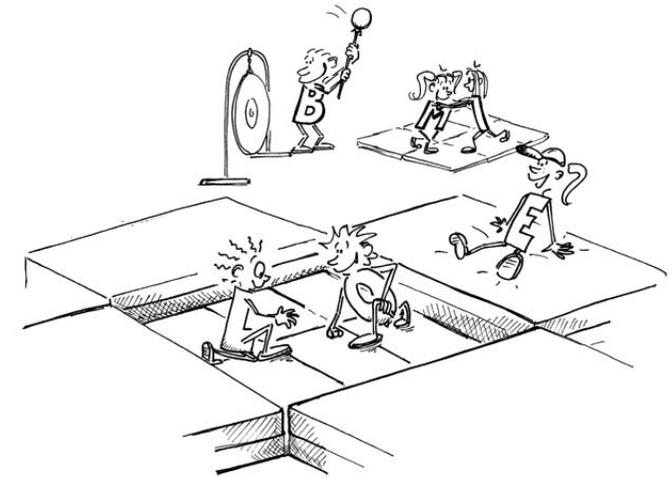
Lorsque deux sumotoris se rencontrent, toute la panoplie du parfait combattant se déploie: force, agilité, respect. Exemple d'une forme possible de concours.

11-15

Le dojo permet d'organiser simultanément différentes petites compétitions. Les élèves érigent le dojo au centre de la salle à l'aide de matelas et de tapis de sol. Ils forment d'abord un carré avec quatre épais matelas placés dans le sens de la longueur. Puis ils placent, à l'intérieur de ce carré, des tapis de sol, plus minces, qui figureront la place de combat. Cette construction symbolise le dojo de Tokyo, avec les tribunes des spectateurs (matelas épais) et la zone de combat (tapis de sol). A l'extérieur du dojo, les élèves ont aménagé plusieurs zones de combat, auxquelles ils ont attribué le nom de localités japonaises.

Il faut compter au minimum quatre élèves par zone de combat. Les élèves sont répartis entre les différentes places (localités) en fonction de leur taille et de leur poids. L'enseignant choisit une forme de combat appropriée, puis il explique les règles et le déroulement du combat, ainsi que les points à respecter.

Chaque combat est précédé d'un cérémonial de salutations. Les élèves combattent toujours deux par deux, tandis qu'un troisième assume la fonction d'arbitre. L'enseignant chronomètre et coordonne les joutes. Il choisit un signal (gong) qui annonce le début et la fin des combats. Chaque vainqueur remporte trois points; en cas de match nul, chacun des adversaires se voit attribuer un point. Sur ces places de compétition, chaque élève combat tour à tour contre tous les autres, puis il comptabilise les points qu'il a gagnés. A la fin du tournoi, l'élève le plus fort est invité à se rendre au dojo de Tokyo, afin de se mesurer aux autres vainqueurs.



Règles

- Les deux combattants prennent place au milieu de la zone de combat, assis et jambes écartées. Ils se font face en se regardant dans les yeux.
- Au signal de l'arbitre, les combattants ont le droit de poser les deux mains au sol et de passer à l'attaque. Le but du tournoi consiste à repousser l'adversaire hors de la zone de combat.
- Si un combattant perd l'équilibre et fait une chute, ou encore s'il glisse, il perd le combat.
- Les combattants ont également le droit d'arrêter le combat en criant «J'abandonne». Dans ce cas, celui qui

abandonne a perdu le combat. Mais un abandon n'est en aucun cas considéré comme un déshonneur.

- Il est également interdit de frapper son adversaire ou de l'agripper par ses vêtements.

Ce genre de compétition est très enrichissant pour les enfants: Il leur fait prendre conscience que l'on peut mesurer sa force et son agilité avec d'autres enfants, sans pour autant blesser moralement ou physiquement son adversaire. Les filles auront également l'occasion de constater qu'elles sont égales, voire supérieures, aux garçons.