

J+S-Kids: Introduction à la lutte – Leçon 10

Tournoi des «rookies»

Auteur

Equipe d'experts J+S-Kids

Conditions cadres

Durée de la leçon	≥60 minutes
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> simple <input checked="" type="checkbox"/> moyen <input type="checkbox"/> difficile (dépend du type de tournoi et de la place à disposition)
Âge recommandé	Dès 5 ans
Taille du groupe	6 à 12 enfants (plus ou moins de même corpulence): 1 moniteur 13 à 18 enfants: 2 moniteurs 19 à 24 enfants: 3 moniteurs.
Env. du cours	Surface plane et carrée faite de tapis de gymnastique ou cercle de lutte
Aspects de sécurité	Voir «Document de base»

Objectifs/But d'apprentissage

Les enfants vivent leurs premières expériences de compétition

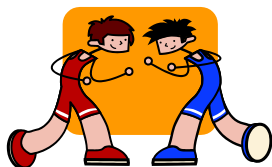
Indications

Afin que le déroulement du tournoi se fasse sans problème, au moins un moniteur J+S devrait être présent. Celui-ci est responsable de l'introduction des règles générales de la lutte (fair-play), des règles de comptage des points, des règles de fin de combat et des différentes prises autorisées.

Pour la mise en œuvre, il est conseillé d'utiliser un matelas de lutte ou d'autres matelas ne comportant pas d'espaces vides (fente) lorsqu'ils sont fixés entre eux (risques de blessure).

Ce tournoi peut être mis en place à la suite des leçons 1-9 ou pour les débutants.

Contenu



Le terme anglais «rookie» signifie débutant, nouveau venu,...

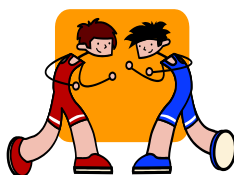
Le tournoi des «rookies» est élaboré pour des débutants (filles et garçons), de l'école enfantine à l'école primaire, qui souhaitent découvrir la lutte sur un matelas.

La Société suisse de lutte a développé ce type de tournoi en partenariat avec l'équipe d'expert J+S-Kids.

L'objectif de cette leçon est de faire découvrir la lutte de manière ludique aux enfants de toute la Suisse.

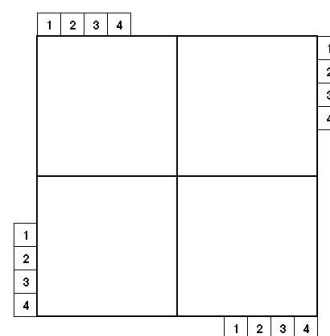
Comment organise-t-on un tournoi des «rookies»?

1. Prendre contact avec les responsables de l'école (école enfantine et école primaire)
2. Définir une date et réserver la salle (par exemple un samedi après-midi)
3. Distribuer assez tôt les invitations, flyers et inscriptions pour le tournoi.
4. Essayer d'intervenir quelques fois à l'école avant le tournoi (leçons J+S-Kids) afin de préparer les enfants (en ayant l'accord du personnel enseignant).
5. Plus d'information sur ce sport sont disponibles sur le site de [Swiss Wrestling](http://SwissWrestling.ch) ou www.lutte.ch.



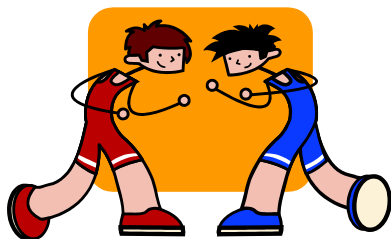
Organisation d'un tournoi des «rookies»

1. Inscription sur demande ou sur place.
2. Pesée en training ou T-shirt.
3. Répartition en groupes de quatre (selon l'âge, le poids et les connaissances techniques de lutte). En règle générale, maximum 10% de variation de poids est tolérée au sein d'un groupe.
4. Un moniteur/lutteur dirige l'échauffement général.
5. Petites démonstrations de lutte avec deux jeunes lutteurs d'un club de lutte.
6. Petit rappel des règles (points, fin de combat, fair-play).
7. Que les adversaires soient de plus ou moins même poids).
8. Si plus que quatre groupes sont inscrits (>16 lutteurs), les lutteurs libres auront la tâche d'organiser un parcours d'agilité pour les enfants en trop.
9. Présentation des différents groupes de «rookies» (groupes de quatre, sur un quart du matelas: env. 5x5m). Les lutteurs prennent place sur quatre chaises préparées pour eux au coin de chaque quart de matelas (voir dessin à droite).
10. Les combats dans chaque groupes seront dirigés par un coach/animateur (4 lutteurs = 6 combats). Les combats durent deux minutes et se suivent directement les uns derrière les autres selon le plan suivant: 1:2, 3:4, 1:3, 2:4, 1:4, 2:3.
11. Proclamation des résultats directement après la fin de tous le combats (or, argent, 2x bronze) et remise des prix (T-shirt, linges de bain, sacs de sport, boissons ou autres cadeaux de sponsors).



Le classement se fait selon les critères suivants:

- 1: Nombre de victoires
 - 2: Confrontation directe
 - 3: Nombre de points individuels
12. Organisation et service dans les différents stands de ravitaillement.
 13. Lors de la remise des prix: distribuer des invitations pour 3 mois d'entraînement gratuit dans un club de lutte ou dans une école de lutte (piccolo).
 14. Mettre au point une liste des résultats afin de pouvoir éventuellement la publier dans un journal.



La licence de «rookies» de la SARV

L'Association suisse de lutte amateur offre la licence de «rookies» à tous les participants d'un tournoi des «rookies» gratuitement pendant un an. Cette licence peut être acquise en fournissant au responsable des licences la liste des résultats de votre tournoi. Adresse: www.ringen.ch, rubrique SARV - Zentralvorstand (pour les romands: www.lutte.ch).

La licence permet aux jeunes lutteurs de participer à d'autres tournois des «rookies» ou à d'autres tournois de jeunesse piccolo (voir le calendrier de la SARV). Informations et renseignements chez le chef de discipline J+S Lutte et/ou le responsable pour la relève de la SARV.