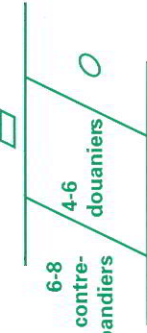




# Autres situations d'apprentissage :

<b>Se familiariser et accepter les contacts</b> - avec l'autre, - avec le sol.	<b>Gérer la distance avec l'adversaire dans l'approche et le combat.</b>	<b>Trouver des appuis pour déséquilibrer l'adversaire.</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La lutte pour le ballon</b> Par 2 : - A au sol tente de garder le ballon, - B essaie de le lui arracher.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Les pinces à linge</b> Espace délimité. Les pinces sont placées soit : - au col, - à la ceinture, - aux chevilles. <b>But</b> : prendre en 30" un maximum de pinces. Par 2 ou en équipes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le traîneau</b> Par 2. Avec 1 corde à sauter. A passe la corde sur son ventre. B derrière saisit la corde. A tire pour atteindre un repère. B résiste. a) Courir par 2, sans frein. b) Le joueur B met les freins et résiste (temps court)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le rocher et sa bernique</b> Par 3 : - A s'agrippe à son partenaire B. - C essaie de séparer A de B. Par 4 : - A et B s'agrippent. - C et D tentent de les séparer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Renards - poules - vipères</b> Équipes de 6. Foulard de couleurs à la ceinture, les renards attaquent les poules qui attaquent et mangent les vipères ; les vipères piquent les renards. <b>But</b> : quelle équipe aura le dernier représentant ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ho-hisse</b> Par 2 : A et B se tiennent aux poignets. <b>But</b> : chacun essaie de sortir l'autre de la zone.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le tas de moules</b> Par équipes : dans un espace restreint, une équipe est en grappe. <b>But</b> : l'autre équipe doit sortir tous les adversaires de l'espace.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Épervier (une zone courte)</b> - Debout avec foulards. <b>But</b> : traverser la zone sans se faire prendre le foulard. - Position quadrupédique. <b>But</b> : mettre les adversaires sur le dos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le combat des coqs</b> Par 2, accroupis. Poussées successives des mains. <b>But</b> : déséquilibrer l'autre pour l'amener à tomber ou prendre un 3<sup>ème</sup> appui.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mettre les tortues sur le dos</b> Par équipe, espace délimité. Les tortues se déplacent à 4 pattes. <b>But</b> : l'autre équipe a 20" pour les mettre sur le dos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Les contrebandiers</b> 6-8 contrebandiers et 4-6 douaniers. <b>Buts</b> : - contrebandiers : traverser la douane sans se faire prendre avec "ballon". - Douaniers : récupérer les ballons et emmener les contrebandiers en prison. - Manches de 1' à 2'.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Manchot maître chez lui</b> dans un espace limité. Lutter bras croisés - Pousser. - Par 2, <b>But</b> : pousser l'autre hors de la surface. - En équipe, <b>But</b> : sortir l'autre équipe. - En groupe, <b>But</b> : rester le dernier.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le bouclier</b> Par 2 : A est sur le dos. B doit l'immobiliser mais ne doit pas lui saisir les jambes. A doit donc tourner sur lui-même pour mettre ses jambes "en bouclier". <b>Départ</b> : A sur le tapis, B en dehors. <b>Défi</b> : 30" pour réussir.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Soulever</b> Espace de 2 m x 2 m. Par 2. Prise des bras ou ceinturer l'autre. <b>But</b> : soulever son camarade ou l'amener à prendre un 3<sup>ème</sup> appui.</li> </ul>