**REPERTOIRE DES SITUATIONS DES MISES EN DISPONIBILITE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Nom** | **Déroulement** |
| **MISES EN DISPONIBILITE MOTRICE** | **Déplacements variés**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00350.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00351.JPG | - En avant, en arrière, en pas chassés, avec ½ tour, à cloche-pied, en pas sautillés divers, … |
| **Courses variées**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00320.JPG | - Les élèves doivent arriver le plus vite possible de l’autre côté de l’aire de jeu : en rampant à plat ventre, en rampant sur le dos, en rampant sur le dos mais fesses décollées du sol, à genou, à quatre pattes, … |
| **Temps de réaction**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00394.JPG | - Répondre au signal le plus rapidement possible (à plat ventre, sur le dos, assis, debout,…).  - Par deux, assis dos à dos, au signal A doit atteindre la ligne d’arrivée avant d’avoir été touché ou attrapé par B visuel ou auditif). |
| **MISES EN DISPONIBILITE AUX AUTRES** | **Courses en équipes**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00360.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00367.JPG  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00389.JPG | Courses par couples :  - A et B en position quadrupédique ou à plat ventre, B tient A par les chevilles, atteindre l’arrivée le plus rapidement possible (coordination) 🡪 départ hors du tapis, arrivée hors du tapis (peut se faire à 3)  - Brouette : B tient A par les chevilles qui marche sur les mains, atteindre l’arrivée le plus rapidement possible (coordination + travail poignets) 🡪 départ hors du tapis, arrivée hors du tapis.  Respect des 3 règles d’or. |
| **Les transports en équipe**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00330.JPG | - Les déménageurs : équipes de 3. Les autres élèves sont des meubles.  Chaque équipe doit déplacer le plus rapidement possible les meubles de son camp (un aller retour). Les meubles se laissent faire. Il y a possibilité de varier le nombre d’équipes ainsi que le nombre d’élèves par équipe.  Respect des 3 règles d’or. |
| **Supprimer des appuis**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00347.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00346.JPG | Par équipe de 4:  - Avoir 8 appuis au sol, puis que 7, puis que 6, …  Respect des 3 règles d’or. |
| **Opposition collective**  **C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00399.JPG**C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00408.JPG | **- Les ours et les chasseurs :**  Les ours sont assis ou à 4 pattes dans un espace délimité. Ils n’ont pas le droit de résister.  Les chasseurs doivent sortir les ours le plus vite possible de l’aire. On peut varier le nombre d’ours et de chasseurs. Les chasseurs peuvent s’allier pour sortir les ours.  - Autre version : les chasseurs empêchent les ours de rentrer.  Respect des 3 règles d’or. |
| **MISES EN DISPONIBILITE AU DUEL** | **Vers l’opposition duelle**  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00370.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00373.JPG  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00402.JPG | - **Face à face**: mains dans mains (ou mains sur les épaules de l’autre) pousser l’autre pour le faire reculer en dehors du tapis  **- Le passage de la rivière :**  A et B se tiennent simultanément l’avant-bras droit (au niveau du poignet) et se mettent de part et d’autre d’une ligne (la rivière). Il s’agit de tirer l’autre de façon à l’amener dans son camp.  **- Le solitaire :**  A à l’intérieur d’un cerceau ou tapis, empêche B d’y entrer. Au départ (debout), A et B se saisissent par les avant-bras ou par les épaules.  Ce jeu peut se faire au sol ou debout.  Respect des 3 règles d’or. |

**REPERTOIRE DES SITUATIONS D’APPRENTISSAGE**

|  |  |
| --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 1**  **«TOURNOI intra équipe»** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 2**  **« Le chasseur et les lapins »** |
| **Objectif :** évaluation initiale  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 8 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants (équipes choisies par la maîtresse)  -sur chaque espace s’affrontent deux équipes (1 après l’autre)  -pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  -au total, cela fera 4 combats par espace (2 par enfant).  - maîtresse = chronomètre  **But du jeu**  -pas de rôle défini au départ.  -immobiliser l’adversaire dos au sol (trois secondes).  **Règles**  -début et fin de combat au signal de l’arbitre/maîtresse (max : 1 mn 30 s)  -départ debout  -on ne fait pas mal, on ne laisse pas faire mal.  **Critères de réussite.**  -amener l’adversaire au sol (1pt).  -amener ses épaules au sol (2 pt).  -l’immobiliser épaules au sol (3 pt).  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00338.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00332.JPG | **Objectif :** Maîtriser l’assaut duel  **Compétence spécifique:** S’opposer à l’adversaire en variant ses actions ses actions.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 3 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  **- le chasseur doit amener le lapin au sol**  **Règles**  - Le chasseur à 4 pattes  - le lapin debout  -on ne fait pas mal, on ne laisse pas faire mal.  **Critères de réussite.**  -amener l’adversaire au sol (1pt).  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00376.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00377.JPG |

|  |  |
| --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 3**  **« David et Goliath »** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 4**  **« Lutte anglaise »** |
| **Objectif :** Maîtriser l’assaut duel  **Compétence spécifique:** S’opposer à l’adversaire en variant ses actions ses actions.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 3 tapis.  - 5équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  David doit amener Goliath au sol.  (interdiction de pousser en arrière).  **Règles**  - David à genoux  - Goliath debout  - on ne fait pas mal, on ne laisse pas faire mal.  **Critères de réussite**  -amener l’adversaire au sol (1pt).  - perte d’1 point pour le joueur (l’équipe) si ne respecte pas les règles  - perte d’1 point pour le joueur (l’équipe) si ne joue pas son rôle d’arbitre  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos\DSC00379.JPG | **Objectif :** Maîtriser l’assaut duel  **Compétence spécifique:** S’opposer à l’adversaire en variant ses actions ses actions.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 3 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  - passer dans le dos du partenaire et le ceinturer  **Règles**  -les 2 adversaires sont debout.  - on ne fait pas mal, on ne laisse pas faire mal.  **Critères de réussite**  - ceinturer l’adversaire (1pt).  - perte d’1 point pour le joueur (l’équipe) si ne respecte pas les règles  - perte d’1 point pour le joueur (l’équipe) si ne joue pas son rôle d’arbitre |

|  |  |
| --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 5**  **« La queue du diable »** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 6**  **« Le nain et le géant »** |
| **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Il s’agit d’attraper le foulard de son adversaire sans se faire prendre le sien.  **Règles**  Le foulard se trouve dans le dos (il dépasse environ de 20 cm du pantalon).  **Critères de réussite**  1 point par foulard que l’on possède à la fin (les siens + ceux volés à l’adversaire)  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00426.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00411.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00418.JPG | **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  A doit empêcher B de se relever.  **Règles**  Par 2, B est en position quadrupédique, A est debout en face de lui.  **Critères de réussite**  A empêche B de se relever : 1point |

|  |  |
| --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 7**  **«** **Le gardien »** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 8**  **« Le combat de coq »** |
| **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 à 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  A doit faire sortir B de l’aire de jeu.  **Règles**  A doit faire sortir B de l’aire de jeu  **Critères de réussite.**  B est sorti de l’aire de jeu (1 point pour A)  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00402.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 2\DSC00397.JPG | **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2,3 ou 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Déséquilibrer l’adversaire sans se faire déséquilibrer.  **Règles**  Accroupis face à face, pousser l’autre pour le déséquilibrer, mains contre mains (les mains sont ouvertes).  **Critères de réussite.**  L’adversaire est tombé ou est sorti de l’aire de jeu. L’adversaire est sorti (1 point), l’adversaire est tombé (2 points).  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 3\DSC00461.JPGC:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 3\DSC00466.JPG |

|  |  |
| --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 9**  **« Le touche chevilles »** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 10**  **« Le ballon tiraillé »** |
| **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 à 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Toucher les chevilles de l’adversaire sans se faire toucher soi même  **Règles**  A et B à 4 pattes, essayer de toucher ou d’attraper une cheville du partenaire en évitant de se faire toucher les siennes.  **Critères de réussite.**  Le nombre de fois où l’on a touché la cheville de l’adversaire et le nombre de fois ou l’on s’est fait touché.  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 3\DSC00460.JPG | **Objectif :** Adapter son comportement à l’autre  **Compétence spécifique:** passer rapidement de la situation d’attaquant et à la situation défenseur en prenant des informations sur l’autre.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 à 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Conserver le ballon ou capturer le ballon.  **Règles**  Au sol, B à 4 pattes cherche à conserver le ballon dans ses bras, A essaie de le lui prendre.  C**ritères de réussite.**  Le nombre de fois où l’on a attrapé (ou conservé le ballon). |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 11**  **« La tortue »** | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 12**  **« La crêpe »** | |
| **Objectif :** Affronter un camarade avec l’envie de gagner  **Compétence spécifique:** mener son action jusqu’au bout.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 à 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Retourner B  **Règles**  Le joueur B (la tortue) est à 4 pattes, immobile. Le joueur A est à côté de lui. Au signal, A essaie de mettre B sur le dos (B doit essayer de rester à 4 pattes).  **Critères de réussite.**  B est sur le dos     |  |  | | --- | --- | | SIMPLIFIER | COMPLEXIFIER | | A- B ne se déplace pas, ne se défend pas  A - Diminuer les appuis de B | A- A peut se déplacer.  - La tortue est à plat ventre au départ  C- B doit avoir les 2 épaules au sol  T- Maintenir B au sol 3 ‘’ | | **Objectif :** Affronter un camarade avec l’envie de gagner  **Compétence spécifique:** mener son action jusqu’au bout.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Se retourner pour se mettre à plat ventre  **Règles**  B est couché sur le dos au centre d’un tapis. A est à genoux à côté de lui et le maintient dos au sol. B doit essayer de se mettre à plat ventre, A l’en empêche en le maintenant immobilisé.  **Critères de réussite.**  B a réussi à se mettre à plat ventre   |  |  | | --- | --- | | SIMPLIFIER | COMPLEXIFIER | | A – A peut repousser B mais ne peut pas le saisir | A- A peut s’allonger sur B. | | |
| **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 13**  **« La limace et la salade »** | | **SITUATION D’APPRENTISSAGE N° 14**  **«** **Le fuyard »** |
| **Objectif :** Affronter un camarade avec l’envie de gagner  **Compétence spécifique:** mener son action jusqu’au bout.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 à 4 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  Attraper la salade  **Règles**  Le joueur B (la limace) se couche sur le ventre, le joueur A l’immobilise.  Au signal, B essaie de toucher la « salade » (balle ou foulard) qui se trouve  placée devant lui (à 1m50 / 2m environ). Interdiction de tenir les chevilles.  **Critères de réussite.**  Le nombre de fois où l’on a touché la salade.   |  |  | | --- | --- | | SIMPLIFIER | COMPLEXIFIER | | E- Réduire l’espace de jeu  - Approcher la salade (+ facile pour B)  C- B en position quadrupédique | E- Eloigner la salade (+ difficile pour B)  C- B est sur le dos | | | **Objectif :** Affronter un camarade avec l’envie de gagner  **Compétence spécifique:** mener son action jusqu’au bout.  **Aménagement matériel et formes de groupement**  - 5 espaces de 2 tapis.  - 5 équipes de 4 combattants  - sur chaque espace s’affrontent 2 équipes (1 après l’autre)  - pour chaque espace, nous trouvons, à chaque assaut, 2 combattants, 1 arbitre, 1 secrétaire.  - 1 élève chronométreur pour toute la classe  **But du jeu**  B doit sortir de l’aire de jeu  **Règles**  B couché sur le ventre au centre d’un tapis doit en sortir. A à genoux à côté de lui l’en empêche.  **Critères de réussite.**  B est sorti des tapis   |  |  | | --- | --- | | SIMPLIFIER | COMPLEXIFIER | | E- Réduire l’espace de jeu | E- Agrandir l’espace de jeu  C- B est sur le dos | |

**REPERTOIRE DES SITUATIONS DE RETOUR AU CALME**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nom** | **Déroulement** |
|  | Respirer en plaçant correctement son dos et ses épaules. |
| La montagne  http://www.planetolak.net/relax/montagne.gif | Debout, jambes jointes, pousser le sol avec les talons et le plafond avec la tête. Le regard est fixé sur point devant soi à l'horizontale. Rentrer le menton en même temps que baisser les épaules vers l'arrière pour ouvrir la cage thoracique. La tête, les épaules, les hanches doivent être parfaitement alignées. |
|  | Respirer en prenant une posture d'équilibre. |
| L'oiseau.  http://www.planetolak.net/relax/oiseau.gif  La table.  C:\Documents and Settings\Administrateur\Bureau\sauvegarde nadine\CAFIPEMFEPS\photos 3\DSC00475.JPG  Le pont.  http://www.planetolak.net/relax/pont.gif  La souris.  http://www.planetolak.net/relax/souris.gif | Etendre les bras derrière soi, légèrement écartés du corps, comme des ailes. Se mettre sur la pointe des pieds en regardant un point fixe devant soi et rester en équilibre. Imaginer que l'on est enraciné au sol et grandir son corps sans perdre l'équilibre.  En partant d'une position assise, poser les mains sur le sol à 15 cm derrière soi. Poser les pieds à plat devant soi à environs 30 cm. En soufflant prendre appui sur ses mains et ses pieds en soulevant la poitrine de façon à être parallèle au sol. Les mains et les pieds doivent être alignés sous les épaules et les hanches.  Allonger sur le dos, les bras le long du corps. Les jambes sont écartées des largeurs de hanches. Poser les pieds au sol à environs 15 cm des fesses. Soulever les fesses et le dos le plus haut possible en poussant sur les pieds sans décoller les épaules du sol. Regarder le plafond.  A genoux, assis sur la talons se pencher en avant sur les cuisses. Le front repose sur le sol devant les genoux. Les bras le long du corps, les paumes vers le haut, fermer les yeux. |