

Acquisitions abordées	comportements typiques		problèmes sous jacents	Consignes, opérations , ce qu'il y a à faire pour faire	Propositions de remédiations (jeux , exercices, situations d'apprentissages...)	Critères de réussite ou indicateur de fin d'étape
Exploiter une opportunité pour réaliser un décalage en rotation à partir d'un contrôle sur le haut du corps		L'attaquant est en échec pour renverser son adversaire qui se déplace en refaisant face à lui	Pb moteur : l'attaquant ne fixe pas les appuis du défenseur au niveau du contrôle et avec sa hanche ou ses appuis	Mettre son corps en barrage (genoux, bassin mains,...) pour fixer les appuis du défenseur pour tirer en suite à partir du contrôle	Situation de répétition en 30'' du maximum de renversement de son adversaire jusqu'à la position de tombé sur un adversaire redressé	Placement en barrage d'une partie du corps de l'attaquant
		L'attaquant saisit le poignet du défenseur et essaye de tirer avec pour réaliser un décalage	Pb moteur : la saisie de l'attaquant étant trop éloigné du corps de l'adversaire ce qui ne lui permet pas de réaliser un couple de force efficace	Saisir au niveau des coudes le plus près possible des épaules du défenseur pour le serrer au plus du corps.	Lutte à contrôle à partir d'un contrôle engagé directement : bras tête, bras intérieur, bras taille puis bras dessous dessus	Les saisies de l'attaquant se fond sur les butées osseuses les plus proches des épaules du défenseur
		Le l'attaquant bloque sa propre action en relevant sa jambe la plus éloignée de l'adversaire	Pb moteur : l'attaquant ne place pas ses appuis au niveau de l'axe de rotation du défenseur pour conserver un équilibre et agir avec son contrôle sur le haut du corps	Coller ses genoux au moment de la rotation au plus près des appuis du défenseur pour qu'ils se confondent avec l'axe de rotation. Construire un équilibre de couple lors du déséquilibre	Lutte à partir d'un contrôle à moitié engagé et la jambe levée en premier lieu avant le signal de début de combat sur un adversaire qui pousse vers l'avant	Acceptation du déséquilibre initial et resserrement des jambes
Savoir contrer une attaque sur le haut du corps à mi-hauteur (riposte)		Le défenseur ceinture et se redresse et bloque l'attaquant sans exploiter le déséquilibre arrière pour le contrer	Pb décisionnel: le défenseur ne sait pas quoi faire et comment le faire pour contre son adversaire	Sentir le sens du déséquilibre et de la rotation, pour s'effacer et tourner dans le sens de la rotation de l'attaquant en le ceinturant et en pesant à partir du contrôle à la taille pour réaliser un décalage en rotation au sol	Partir d'un contrôle bras tête engagé de l'attaquant à mi-hauteur et chercher à mettre en danger son adversaire en réalisant un hanché en décalage. Pour le défenseur exploiter directement le déplacement de l'attaquant pour le mettre en danger. ..	Réaction du défenseur qui bloque et parfois contre l'attaque en hanche du défenseur

Acquisitions abordées	comportements typiques		problèmes sous jacents	Consignes, opérations , ce qu'il y a à faire pour faire	Propositions de remédiations (jeux , exercices, situations d'apprentissages...)	Critères de réussite ou indicateur de d de fin d'étape
Exploiter une opportunité pour réaliser un décalage en rotation à partir d'un contrôle sur le haut du corps		L'attaquant ne conserve pas le contact avec son adversaire après l'avoir mis en danger si bien qu'il revient sur le ventre	Pb moteur : ne sait pas s'équilibrer pendant la chute, construire un équilibre de couple pendant la chute une liaison mi-hauteur sol	chercher à tomber votre adversaire en conservant le contrôle jusqu'au sol pour tombé son adversaire, accepter le déséquilibre du couple en contact jusqu'au bout	Travail en duo de répétition de décalage arrière jusqu'à la finale et ensuite faire des combats ou le défenseur défend à partir du moment où il arrive au sol en danger ou pas,	actions se terminant par une finale ou un contrôle arrière, conservation du contact jusqu'au sol
Réaliser des attaques directs à mi hauteur à partir de contrôles variés		Un des combattants tient à distance de bras son adversaire en restant assis sur ses talons pour éviter le combat	Pb affectif : le combattant sur assis sur les fesses refuse le combat en essayant de conserver son équilibre et une distance de garde importante	Accepter de rentrer dans l'espace intime de l'adversaire, s'engager dans un affrontement fair-play, accepter les saisies sur les zones taboues, accepter les déséquilibres potentiels liés au combat en construisant un équilibre de couple	Jeu des déménageur, du trésors, de la boule, de lutte au foulard par équipe puis individuelle puis en un contre un, lutte catch ou relais en sumo à mi hauteur...	Prise au corps à corps des adversaires ou recherche d'action de poussée et tirée sur l'autre
		Les combattants se tiennent à distance en se saisissant les vêtements pour repousser son adversaire	Pb moteur : Les élèves ne savent saisir leurs adversaires sur les butées osseuses du corps	Venir chercher des saisies sur les parties charnues du corps le plus près possible de la ceinture scapulaire (le coude extérieur ou intérieur la nuque), présenter ses épaules perpendiculaires à celles de l'adversaire	Effectuer des luttes à contrôles ou saisies variées données au départ du combat à mi hauteur (bras intérieur, bras tête, bras jambe, bras dessus bras dessous, bras intérieur mixte,,,))	Réalisation de contrôles ou de saisies variés sur le corps de l'autre
		Les combattants se tiennent à bout de bras en se poussant ou se tirant sans obtenir de véritable déséquilibre de leur adversaire	Pbs moteurs et décisionnels : Les élèves ne savent comment contrôler leurs adversaires et aller au contact pour le renverser, ils agissent en force	présenter ses épaules perpendiculaires à celles de l'adversaire pour rentrer dans sa garde, réaliser un couple de force à partir des saisies prises pour venir coller son adversaire faire rompre la distance des bras sur des balanciers ou en les écartant, en agissant au niveau de la flexion du coude	Jeu des pinces à linge dans le dos ou venir coller une épaule sur la face avant du corps de l'adversaire qui un genou fixé sur une zone,...	Distance de bras rompue et corps à corps apparent

compétences et techniques abordées	comportements typiques		problèmes sous jacents	Consignes, opérations , ce qu'il y a à faire pour faire	Propositions de remédiations (jeux , exercices, situations d'apprentissages...)	Critères de réussite ou indicateur de fin d'étape
Exploiter une opportunité pour réaliser un retournement en rotation à partir d'un contrôle sur le haut du corps		Pousse avec les saisies (contrôle) vers le défenseur (qui réagit dans le même sens en poussant) en poussant) dans le même sens	Pb décisionnel et moteur : ne sait pas quand et comment exploiter le principe d'action réaction et créer un couple de force à partir du contrôle. utiliser la force de l'autre	Attaquant :S'effacer en tournant autour d'un de ses genoux de l'axe de poussée de l'adversaire et tirer à partir d'une des saisies et pousser de l'autre pour créer un couple de rotation et l'orienter sur le dos	Lutte à partir d'un contrôle bras Tête engagé l'attaquant doit amener son adversaire sur le dos. Le défenseur qui pousse vers l'avant à l'extérieur de la zone (pied en flexion « pieds crochetés » ou pieds à plat « pieds morts » Idem les yeux fermés pour l'attaquant	Exploitation de la rupture d'alignement des axes de poussée entre l'attaquant et le défenseur par un déplacement de l'attaquant
Exploiter les opportunités données ou créées pour réaliser un décalage à mi hauteur à partir d'un contrôle sur le bas du corps		L'attaquant vient saisir les jambes en essayant de les rapprocher à soi la tête dans le tapis, l'adversaire charge et vient ceinturer par dessus	Pb moteur : l'attaquant n'oriente pas les forces d'actions dans le sens d'un déséquilibre potentiel (décalage latérale sur une réduction du polygone de sustentation au niveau des jambes)	Venir coller sa tête contre les côtes du défenseur « regarder le dossard dans le dos », Resserrer le contrôle au niveau des jambes et tasser et mettre du poids vers le bas (fixation des appuis) , pousser en mettant une jambe de force sur le côté du côté tête latéralement en tournant (la jambe), réaliser une manchette ou un passage arrière	Réaliser un combat à partir d'un contrôle 2 jambes saisies la tête placée sur le côté, répéter le maximum de fois sur des partenaires redressés ouverture tronc/jambes un décalage latéral à mi-hauteur	Réalisation d'un décalage latérale ou avant sur passage arrière, alignement des forces de poussée avec l'axe tête/tronc /jambes de l'attaquant
		L'attaquant pousse en tirant sur les jambes au milieu avec la tête dans le ventre de l'adversaire qui le ceinture et recule les appuis.	Pb informationnel et décisionnel l'attaquant agit en force sans connaître de contrôle efficace sur les jambes	Garder la tête toujours plus haute que les fesses, attaquer sur les jambes en conservant la tête toujours sur le côté et regard vers le haut et le dos du défenseur venir coller son bassin à l'adversaire....	Attaquant part à 4 pattes la tête en dessous du corps du défenseur qui lui part poitrine collée sur les omoplates de l'attaquant et les pieds écartés. Pour l'attaquant essayer de mettre sur le dos le défenseur et pour l'e défenseur essayer de passer derrière l'attaquant	Obtention d'un contrôle deux jambes et redressement de l'axe tête/tronc /jambes
		L'attaquant insiste pour un décalage à partir de la jambe éloignée en poussant avec sa tête sur la droite	Pb informationnel : L'attaquant ne sent pas le sens du déséquilibre adverse et agit en force	Pousser ou agir dans le sens des appuis supprimés ou du déséquilibre donné par l'adversaire, sentir la pression du poids du défenseur du côté de la jambe reculée	Travailler sur les contrastes des positions de départ du défenseur à partir du contrôle 2 jambes avec soit la jambe droite du défenseur reculée soit la jambe gauche soit les deux et demander à l'attaquant de passer derrière ou mettre en danger	Réalisation efficace de l'action en fonction de l'opportunité donnée

