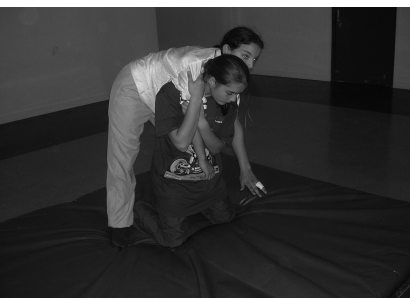


Acquisitions abordées	comportements typiques		problèmes sous jacents	Consignes, opérations , ce qu'il y a à faire pour faire	Propositions de remédiations (jeux , exercices, situations d'apprentissages...)	Critères de réussite ou indicateur de fin d'étape
savoir réaliser un hanché ou contrôlé bras tête+ décalage en rotation sur un adversaire qui pousse		att lâche le contrôle ou ne tient que le bras (ou la tête) au sol et/ou tombe après sur l'adversaire au sol	Pb affectif: peur de faire chuter, pas de repères par rapport à la projection ou coordination des actions de debout jusqu'au sol juxtaposées	serrer le contrôle pendant la chute, « le défenseur est mon ami » , coller son adversaire, tirer sur la tête et le bras pendant la rotation , poser le genou côté contrôle (si nécessaire) passer d'abord ses fesses pour les amenés au sol ou poser un genou	renverser un adversaire à 4 pattes en saisies réciproques au dessus du cou, lutter à mi-hauteur à partir du contrôle bras tête réciproque, porter son adversaire sur 10 m en contrôle bras tête autour de sa hanche, effectuer des rentrer de prise debout, effectuer des hanchés sur un tapis un gros tapis de réception,...	conserve le contrôle jusqu'au sol et finit souvent en finale costale
		att exécute son hanché trop loin de l'adversaire avec les pieds décalés	Pb moteur : Anticipe la forme de corps avant le contrôle et le placement des appuis, du coup il ne colle pas son adversaire car ne franchit pas la barrière des bras	avoir le pied de pivot ("écraser une cigarette") entre ceux du défenseur avant de déclencher la rotation en resserrant ses 2 pieds à l'endroit où se situe le pied avant, "rentrer les épaules perpendiculaires à celles du défenseur pour le coller " pour un décalage en rotation poser le genou au sol avant	recherche de contrôle sur le haut du corps en fixant un appui du déf dans un cercle de 30 cm de diamètre, effectuer des rentrées de hanchés sur un adversaire qui avance bassin reculé sans avoir le contrôle initial (saisie à la saignée du coude et l'autre main au niveau de l'épaule),...	resserre ses pieds au milieu des appuis du défenseur
		att garde ses jambes tendues et le bassin trop haut par rapport à son adversaire	Pb moteur : Se limite aux actions sur le contrôle coordonner et dissocier des actions du haut du corps avec des actions du bas du corps	être en contact avec son adversaire et se placer son centre de gravité sous le sien. « coller son bassin sous celui du déf et fléchir les jambes », Pour le hancher et percuter vers le haut en tirant vers l'avant avec le contrôle	travail en duo de 3 rentrées de prise puis projection après les 3 rentrées de prises sur un adversaire qui a le bassin reculé et qui pousse et début du combat au sol opposition différée	place son bassin sous celui du défenseur en fléchissant ses jambes
		att effectue une rotation de la hanche incomplète et ne la rentre pas assez par rapport à celle de son adversaire	Pb moteur: difficulté à coordonner des actions du haut et du bas du corps, mouvement réaliser en bloc ou action seulement au niveau du contrôle	être en contact avec son adversaire et placer son centre de gravité sous le sien. ne pas regarder l'endroit de la chute mais "on regarde l'épaule opposée à la saisie pendant l'exécution de la projection"	Le défenseur tourne autour de l'attaquant du côté bras libre et l'attaquant en gage son hancher l'adversaire est sur la hanche opposée idem mais c'est l'attaquant qui se place sur un adversaire en déséquilibre avant sur les pointes bassin reculé....	la chute et la projection sont totalement enroulées sans que la tête frôle le sol

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
savoir réaliser un bras à la volée pour mettre en danger son adversaire		att réalise son passage dessous trop loin du défenseur qui peut bloquer facilement l'attaque en se redressant	Pb moteur: enchaînement d'actions trop lent ou ne sait pas se placer entre les appuis du défenseur ou contrôle trop bas au niveau du bras	Sur la poussée du défenseur bras/tronc ouvert, se glisser à genoux sur la ligne des pieds du déf, être en contact avec son adversaire et placer son centre de gravité sous le sien. Venir coller son dos au ventre du défenseur, exploiter la jambe en opposition pour enchaîner un décalage latéral (bras jambe) en posant le genou au sol pour fixer les appuis en pesant et barrant et mieux accompagner au sol son adversaire	Éducatifs du bras à la volée, travail avec contrôle engagé, semi-engagé et non engagé, sur une poussée du défenseur réaliser un bras à la volée, effectuer des rentrées de prises en temps limité	att s'efface sous le déf et se colle à lui
		att saisit son adversaire au niveau du poignet et du coude pour exécuter sa prise et du coup ne garde pas le contact pendant la chute	Pb moteur: placement de saisie et de préhension sur l'adversaire	passer de saisies à des contrôles forts sur l'adversaire en mettant opposée au-dessus du coude, et avec l'autre main au-dessus du deltoïde et garder le coude en extension sur les côtes « les mains sont au-dessus du coude du bras tenu »	portée son adversaire en contrôle bras intérieur engagée avec des saisies correctes, faire des rentrées de prise sur un adversaire qui pousse en le décollant du sol, ...	adversaire en difficulté et contact proche de l'att pendant la prise
Savoir chuter par enroulement sur l'avant		Défenseur essaye de conserver et d'avoir des appuis avec ses mains aux moments de la chute sur un hanché ou sur un bras à la volée	Pb affectif: peur de la chute en avant et besoin de conserver son équilibre	Pour l'attaquant : serrer fort le contrôle du défenseur et le conserver jusqu'au sol pour le déf rentrer le menton et ceinturer l'att pendant toute la projection, corps tonique pour inverser la situation au sol, réaliser un enroulement vertébral	éducatifs de la chute avant par enroulement, travail en duo avec et sans déplacement vers l'avant, travail en opposition retardée sur des contrôles précis,...	menton collé au sternum, enroulement vertébrale, contact serré entre les 2 adversaires
		Le défenseur garde la tête en extension pour voir où il tombe pendant sa chute en avant (sur un bras à la volée par exemple)	Pb affectif: peur de la chute en avant, besoin de voir où il chute	construire ou rétablir son équilibre en prenant des appuis supplémentaires sur son adversaire et garder un contact étroit avec son adversaire pendant la chute en cherchant une saisie sur l'adversaire att: serrer fort le contrôle du défenseur pour le déf rentrer le menton et ceinturer l'att pendant toute la projection , corps tonique pour inverser la situation au sol	Idem que précédemment mais avec une exécution les yeux fermés pour certains d'entre eux	menton collé au sternum, enroulement vertébrale, contact serré entre les 2 adversaires

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
Réaliser un décalage latéral ou un amené à terre sur son adversaire à partir d'un contrôle sur le haut du corps		att lâche le contrôle en arrivant au sol pour se rétablir	Pb moteur : ne sait pas s'équilibrer pendant la chute, construire un équilibre de couple pendant la chute	chercher à tomber votre adversaire en conservant le contrôle jusqu'au sol par une pose de genou intermédiaire entre ou à l'extérieur de ses appuis et cela tout en tournant autour de lui, ajouter un appui au sol de la main au moment du contact avec le sol si il le faut	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
		cherche à hancher un adversaire redressé (qui recule) ou encore essaye de décaler un adversaire qui est en déséquilibre avant sur les pieds	Pb informationnel décisionnel: l'att ne perçoit pas les infos visuelles et kinesthésiques sur l'attitude du défenseur et fait des mauvais choix décisionnels	Mettre en relation les opportunités créées ou données par l'adversaire et la forme de corps correspondante en termes de si ... alors... Exemple : si le défenseur pousse, avec une ouverture bras tronc et en garde emboîtée ou les pieds alignés , prendre le contrôle bras intérieur et passer dessous Si le défenseur tire et se redresse , décaler vers l'avant par un crochet intérieur ou extérieur	le défenseur à partir d'un contrôle sur le haut du corps pousse ou tire l'att en dehors de la zone de combat. En combat imposé, le défenseur offre une opportunité de son choix à l'attaquant qu'il doit exploiter	action dans le sens du déplacement de l'attitude ou réaction de l'adversaire
		L'attaquant est loin du défenseur pendant l'exécution de la prise. Le défenseur est libre au niveau des bras qu'il met en opposition lors de la chute	Pb moteur et affectif: mauvais contrôle de l'att qu'il relâche pendant l'exécution du décalage pour voir ce qu'il fait et appréhension du défenseur	construire des informations tactilo - kinesthésiques sur l'équilibre de couple en prenant des appuis supplémentaires sur son adversaire, garder un contact étroit avec son adversaire pendant la chute en cherchant une saisie sur l'adversaire, contrôler et coller son adversaire lors d'un décalage arrière, pour le déf : saisir et ceinturer si possible l'att	Automatisation des décalages, travail en déplacement de recherche de fixation des appuis et enchaînement de décalage, éducatifs de la chute en arrière à partir de contrôle sur le haut du corps , jeu de recherche de contrôle (cf plus haut)	contact et contrôle conservés jusqu'au sol par l'att et le déf
savoir se défendre sur des actions sur le haut du corps		Le défenseur se fait régulièrement mettre en danger sur des tentatives de décalage en rotation ou hancher de l'attaquant	Pb informationnel et décisionnel : le défenseur ne sait pas quoi faire pour contre l'offensive l'attaquant et ne fait que ceinturer celui-ci par derrière	Sentir le sens du déséquilibre et de la rotation, pour placer sa jambe en opposition du côté du déséquilibre ou 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	Partir d'un contrôle bras tête engagé de l'attaquant (debout ou à mi-hauteur) et chercher à mettre en danger son adversaire en réalisant un décalage en rotation. 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

