

Pôle lutte



Avant le début de l'activité, chaque terrain sera équipé de :

- Feuille de rotation recto/verso
- Chronomètre
- Sous main et stylo



GROUPE 1			GROUPE 2				
Aprem : Lutte			Matin : Lutte				
Classe	Ecole	TOTAL	Classe	Ecole	TOTAL		
CM1	Z. Lafage	31	CM2	Z. Lafage	28		
CE2	P. Segala	22	CM1	P. Segala	27		
CE2	Pern	18	CM2	Boissières	20		
CE2	Catus	15	CM1	Catus	10		
CE2	St Denis Catus	11	CM1	St Denis Catus	7		
		Total :	97			Total :	92

▪ **Activité lutte :**

Chaque participant occupera différents rôles lors des combats.

5 Tatamis disponibles (voir plan page 5) :

3 Tatamis divisés en 4 zones de combats

2 Tatamis - Jeux de lutte

Différents rôles des participants: Arbitre, Juge, chronométreur, Lutteur 1, Lutteur 2

Il y aura donc au maximum 20 participants sur chaque Tatamis
(5 élèves par zone de combat)

**Pour les règlements et les fiches de rotation de l'activité
(Voir pages 2,3 et 4)**



**ATTENTION !!! Les élèves devront être impérativement pieds nus sur le DOJO
(ni chaussettes, ni chaussures)**



REGLEMENT DU JEU DE LUTTE

- 1- J'ENLEVE MES LUNETTES, CHAÎNE, BRACELETS, MONTRE...
- 2- JE SALUE MON ADVERSAIRE.
- 3- JE NE DOIS PAS FAIRE MAL A MON ADVERSAIRE.
- 4- JE N'ATTRAPE PAS LES VETEMENTS.
- 5- JE NE SAISIS PAS LES CHEVEUX.
- 6- JE N'ETRANGLE PAS.
- 7- JE NE DOIS PAS ME METTRE SUR LES PIEDS.
- 8- JE N'ARBITRE PAS.
- 9- UNE IMMOBILISATION EST COMPTEE JUSQU'A 5.
- 10- SI JE VEUX ARRETER LE COMBAT, JE TAPE AU SOL.
- 11- LE RESULTAT DE L'OPPOSITION EST DONNEE PAR LES JUGES.

REGLEMENT POUR LES JUGES

- 1- UNE ATTAQUE DONNE UN POINT.
- 2- UNE BONNE DEFENSE DONNE UN POINT.
- 3- FAIRE MAL ENLEVE UN POINT.
- 4- ATTENDRE SANS ATTAQUER ENLEVE UN POINT.
- 5- UNE IMMOBILISATION COMPTEE 5 DONNE LA VICTOIRE.
- 6- CONTESTER L'ARBITRE EST ELIMINATOIRE.
- 7- PARLER SUR LE TAPIS ENLEVE UN POINT.
- 8- A LA FIN DE L'OPPOSITION, LE JUGE 1 ECRIT LE RESULTAT SUR LE TABLEAU.

REGLEMENT POUR L'ARBITRE

- 1- L'ARBITRE APPELLE LES ADVERSAIRES SUR LE TAPIS.
- 2- L'ARBITRE VEILLE A LA SECURITE DES ADVERSAIRES.
- 3- L'ARBITRE ARRETE L'OPPOSITION SI DANGER.
- 4- L'ARBITRE FAIT REPLACER LES ADVERSAIRES AU CENTRE DU TAPIS
- 5- L'ARBITRE DONNE DES AVERTISSEMENTS POUR MAUVAISE CONDUITE.
- 6- A LA FIN DE L'OPPOSITION, L'ARBITRE CONSULTE LES JUGES ET DONNE LE NOM DU VAINQUEUR.



ATTENTION !!! Les élèves devront être impérativement pieds nus sur le DOJO (ni chaussettes, ni chaussures)

FICHE DE ROTATION

	Arbitre	Juge 1	Chronométreur	Lutteur 1	Lutteur 2
Combat 1	A	B	C	D	E
Combat 2	E	A	B	C	D
Combat 3	D	E	A	B	C
Combat 4	C	D	E	A	B
Combat 5	B	C	D	E	A
Combat 6	A	C	E	D	B
Combat 7	E	B	D	A	C
Combat 8	D	A	C	B	E
Combat 9	C	E	B	D	A
Combat 10	B	D	A	C	E



ATTENTION !!! Les élèves devront être impérativement pieds nus sur le DOJO (ni chaussettes, ni chaussures)

TOURNOI DE JEUX DE LUTTE USEP

Ecole	Prénom des Lutteurs	A	B	C	D	E	Total des points
	A						
	B						
	C						
	D						
	E						
Victoire = 3 pts Défaite = 1 pt	Temps de lutte : 2 minutes Immobilisation : compter lentement jusqu'à 5 En cas d'égalité de points, c'est le vainqueur de la lutte entre les 2 ex aequo qui l'emporte						Vainqueur

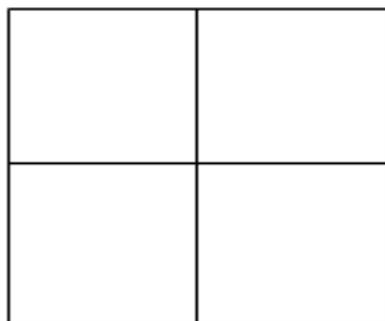


PLAN D'ORGANISATION
LUTTE

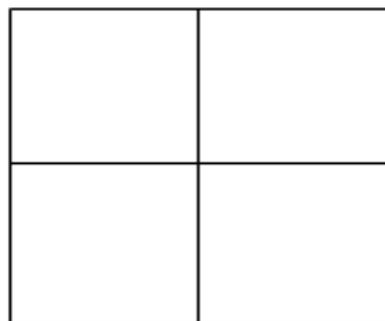


Tribune

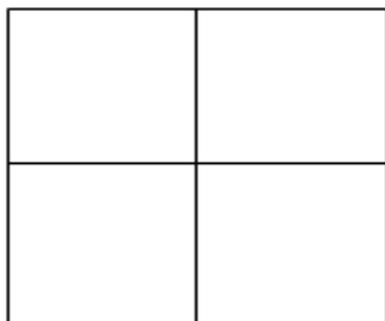
TATAMIS 1



TATAMIS 2



TATAMIS 3



TATAMIS 4



TATAMIS 5



ZONE DE COMBATS

JEUX DE LUTTE

