

# JEUX D'OPPOSITION

## CYCLE III

### Sens de l'activité :

C'est une activité d'affrontement inter-individuel ou collectif, médié par le corps ou un engin dans un espace établi, pendant un temps défini, permettant de déterminer un vainqueur en respectant des règles et des conventions relatives à la sécurité et à l'intégrité de la personne physique.

### **Les 4 directions de toutes les luttes**

Exclure l'adversaire de son territoire

Faire toucher terre à l'adversaire

Priver l'adversaire de sa liberté d'action

Fixer au sol son adversaire

### Règles essentielles :

*règles de sécurité*

à faire reprendre par les enfants à chaque séance

**Ne pas faire mal**

**Ne pas se faire mal**

**Ne pas se laisser faire mal**

### Ateliers de la rencontre :

Les ateliers de la rencontre seront choisis parmi les jeux présentés ci-dessous.

### **Jeux de coopération**

Les déménageurs - Mettre les voleurs en prison - Défendre le trésor - Géants et Lilliputiens - La forêt - Les grenouilles et les mouches

### **Jeux d'opposition à distance et mi-distance**

Conquête de foulards – Lutte aux épingles - Poules, renards, vipères - Les cerceaux brûlants

### **Jeu d'opposition au corps à corps**

L'île – La crêpe – Le fuyard - Arrêter les fourmis – Le relais des balles - Les tortues - Se relever - Lutte au ballon - Sortir les ours - Manchot maître chez lui

## LES DEMENAGEURS

### **But du jeu :**

Les déménageurs doivent sortir les meubles de la maison dans le minimum de temps.

### **Règles :**

- Les meubles restent totalement immobiles. Ils ne résistent pas.
- Ils prennent, au départ de la manche, une position (debout, à genoux, en boule...) qu'il ne quitteront pas.
- Un meuble est considéré comme sorti lorsqu'il est à l'extérieur des limites de la maison.
- L'équipe la plus rapide a gagné

### **Dispositif :**

2 demi-classes : les Meubles, les Déménageurs.

1 arbitre, 1 chronométreur, des signaux nets de début et de fin, connaissance du résultat.

Les limites de la maison sont bien matérialisées.

## METTRE LES VOLEURS EN PRISON

### **But du jeu :**

Les gendarmes doivent attraper tous les voleurs et les conduire en prison.

### **Règles :**

- Les voleurs ne peuvent plus s'échapper dès qu'ils ont les deux pieds dans la prison.
- Les gendarmes peuvent ceinturer, tirer, pousser et porter.

### **Dispositifs :**

- Deux équipes : les voleurs et les gendarmes, dans un espace localisé de 8m x 8m.
- Une prison de 2m x 2m dans un coin du terrain.

### **Variantes :**

- Varier le rapport d'effectifs.
- Varier les positions (debout, assis).
- Coopérer pour ramener un voleur.

## DEFENDRE LE TRESOR

### But du jeu :

Les attaquants doivent rapporter quatre ballons à l'extérieur du carré.

### Règles :

- Ne prendre qu'un ballon à la fois.
- Rapporter le ballon à l'extérieur sans le lancer.

### Dispositif :

Les enfants sont répartis en défenseurs (6) et en attaquants (4 à 6).  
Les ballons sont dans un panier au centre d'un carré de 4m x 4m.  
Les défenseurs sont dans le carré.  
Les attaquants sont à l'extérieur du carré.

### Variantes :

- 1) Varier les positions (debout, assis).
- 2) Varier la taille du ballon, présence d'un panier ou pas.
- 3) Varier le rapport d'effectifs.

## GEANTS ET LILIPUTIENS

### But du jeu :

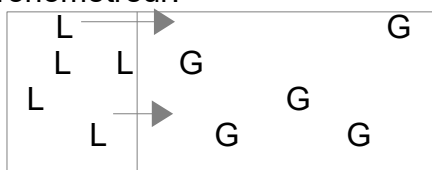
Les Lilliputiens doivent faire toucher le sol aux Géants, par au moins une autre partie du corps que les pieds, dans un minimum de temps.

### Règles :

- Les Lilliputiens se déplacent à quatre pattes, les Géants se tiennent debout, immobiles.
- Les Géants commencent à bouger et à s'opposer seulement quand les Lilliputiens les touchent.
- Les Lilliputiens n'ont pas le droit de saisir les Géants d'emblée aux deux jambes. La première attaque se fait d'abord sur une seule jambe.

### Dispositif :

- Deux équipes : les Lilliputiens et les Géants.
- Un chronomètreur.



### Variantes :

- Varier le rapport d'effectifs.
- Varier les modes de saisies : les Lilliputiens peuvent saisir les Géants sur une jambe, puis au bassin, à la taille.

## LA FORÊT

### But du jeu :

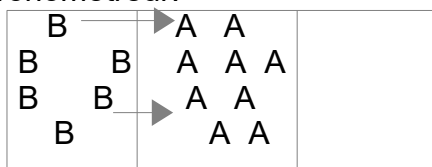
Les joueurs B (biches) doivent traverser une forêt réalisée par les joueurs A (arbres).

### Règles :

- Les arbres sont très serrés, et se tiennent à quatre pattes, jambes et bras tendus et écartés.
- Les biches traversent la forêt en passant dans les espaces libres en se faulant entre les jambes, les bras, sous le corps.

### Dispositif :

- Deux équipes : A et B
- Un chronomètreur.



### Variantes :

- Traverser la forêt le plus vite possible.
- Passer au minimum entre X bras, X jambes.
- Effectuer le parcours sur le dos, sur le ventre
- Faire des petites courses de relais.

## LES GRENOUILLES ET LES MOUCHES

### But du jeu :

Les grenouilles doivent immobiliser toutes les mouches le plus rapidement possible.

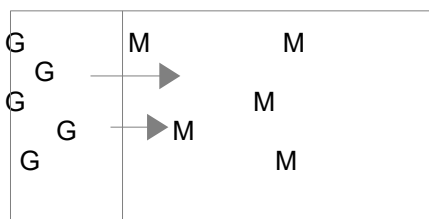
### Règles :

- Les mouches se déplacent à genoux, les grenouilles se déplacent dans un espace latéral réservé.
- Une mouche est immobilisée lorsqu'elle est fixée au sol pendant 3 secondes.
- Une mouche immobilisée est morte et reste sur place.

### Dispositif :

Les joueurs forment deux équipes : les grenouilles et les mouches. Dans chaque équipe, choisir un arbitre et un chronomètreur (soit quatre personnes au total).

Au signal, les grenouilles quittent leur espace et vont immobiliser toutes les mouches. Inverser les rôles. Comparer les temps réalisés.



### Variantes :

- 1) Mode de déplacement.
- 2) Délivrance des mouches entre elles.
- 3) Introduire un refuge pour les mouches.

## CONQUETE DE FOULARDS

### **Objectifs :**

Créer des affrontements (très diversifiés en fonction de la position du foulard et/ou de la situation de départ).

Améliorer les réflexes.

Encourager les saisies et les contrôles.

### **Situation :**

Deux joueurs se font face : debout, à genoux, à quatre pattes ou à cheval sur un partenaire.

Chaque joueur possède un foulard, pris :

- Dans le short : devant, derrière, aux hanches
- Dans la chaussette
- Dans la manche

Chacun essaie de prendre le foulard de l'autre sans se faire prendre le sien.

### **Variantes :**

L'exercice peut se réaliser à 4 pattes, les yeux bandés :

- Un contre un ce qui favorise les prises
- Seul contre tous
- Tous ensemble ou par équipes

### **Comportement à valoriser :**

Encourager toutes les formes de contrôle, toutes les parades (repousser les mains de l'adversaire), tous les enchaînements qui font passer les 2 adversaires de la position debout à une position au sol.

## LUTTE AUX EPINGLES

### **But du jeu :**

Prendre les épingles de son adversaire. Défendre les siennes.

### **Règles :**

- Utilisation des deux mains libres.
- Chaque pince saisie doit être brandie au-dessus de la tête; 1 seule prise à la fois est permise; en cas de prises simultanées, la première brandie marque le point (rôle important de l'arbitre).
- Lorsqu'une épingle vient d'être prise, l'arbitre arrête les joueurs, annonce le résultat, et fait replacer les joueurs en situation de début de jeu.
- Ne pas sortir de l'aire de jeu. Un pied à l'extérieur est considéré comme une sortie. Au bout de 2 sorties, prise d'une épingle sur le fautif.
- Le vainqueur est celui qui réussit le premier les 3 prises ou celui qui en a réussi le plus dans le temps imparti.

### **Dispositif :**

Face à face, chacun porte 3 épingles à linge fixées sur le vêtement, buste et bras seulement.

1 arbitre, 1 chronométreur, des signaux nets de début et de fin, connaissance du résultat.

Durée du match : 1 mn 30 maximum.

Zone de jeu : carré (2 tapis de 2mx1m) ou cercle (diamètre 2m).

## Jeux d'opposition à mi-distance

### POULES, RENARDS, VIPERES

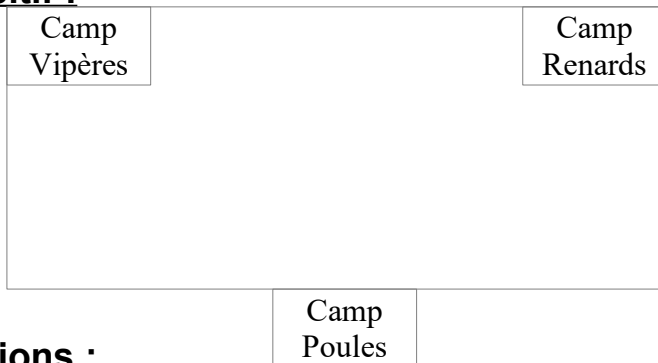
#### **But du jeu :**

Prendre les foulards de ses adversaires sans se faire prendre le sien.

#### **Règles :**

- 3 équipes de 6 à 8 joueurs : les poules, foulards rouges (pointe engagée dans la ceinture du short), les renards, foulards bleus, et les vipères, foulards jaunes.
- Les renards mangent les poules, les poules mangent les vipères et les vipères piquent les renards.
- Les joueurs se déplacent tous à 4 pattes.
- Quand un joueur perd sa queue, il devient prisonnier et peut être délivré par ses partenaires.

#### **Dispositif :**



#### **Evolutions :**

Pour éliminer l'adversaire, le retourner sur le dos.

Limiter à 2, le nombre de joueurs dans les camps ; si un joueur vient se mettre à l'abri, un autre doit sortir.

## Jeux d'opposition à distance et mi-distance

### LES CERCEAUX BRULANTS

#### **But du jeu :**

Faire mettre un pied à l'adversaire dans le cerceaux.

#### **Règles :**

- Deux joueurs se tiennent par les mains ou les poignets.
- Au signal, il s'agit de tirer et de pousser l'autre pour qu'il mette un pied dans les cerceaux. On marque les points correspondant à la couleur du cerceau.

#### **Dispositif :**

Espace de jeu : 5m x 5m qui compte 10 à 12 cerceaux de couleurs (rouge, jaune, vert, bleu)

Accorder différentes valeurs aux cerceaux (ex : rouge et bleu : 1pt, jaune : 2pts et vert : 3pts,...)

#### **Variantes :**

Variation des contrôles (prises aux mains, aux poignets, ou à la bras le corps)

## Jeux d'opposition corps à corps

### L'ILE

#### **Objectifs :**

Maîtrise de l'équilibre.  
Enchaînements rapides d'actions réactions.  
Renforcement musculaire.

#### **Situation :**

Deux joueurs « A » et « B » se tiennent par les mains ou les poignets. « A » a un pied dans le cerceau et doit s'efforcer de le garder malgré l'opposition de « B ». « A » perd dès qu'il a les 2 pieds hors du cerceau.

#### **Variantes :**

Défi un contre un.  
Possibilité de choisir un adversaire (ou non).  
Tournoi par équipes.

#### **Comportement à valoriser :**

Pour « A » :

Le fléchissement sur les jambes pour abaisser le centre de gravité et augmenter ainsi sa stabilité.

Pour « B » :

Les interventions en rotation, ainsi que les changements rapides de prises et de contrôles

## Jeux d'opposition corps à corps

**Situation :** Deux joueurs « A » et « B »

### LA CREPE

#### **Dispositif**

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.

#### **But du jeu**

B doit essayer de se mettre à plat ventre, A l'en empêche en le maintenant immobilisé.

### LE FUYARD

#### **But du jeu**

B couché sur le ventre au centre d'un tapis doit en sortir. A à genoux à côté de lui l'en empêche.

**Variante :** B est sur le dos, A l'empêche de sortir en le gardant immobilisé sur le dos.

## ARRETER LES FOURMIS

### But du jeu

Pour les fourmis : se déplacer

Pour les chasseurs : immobiliser les fourmis

### Règles du jeu :

Position de départ :

- L'équipe de fourmi se tient au centre du tapis, à 4 pattes.
- L'équipe des chasseurs se tient autour du tapis, à 4 pattes.

Au signal, les fourmis se promènent sur le tapis, les chasseurs tentent de les en empêcher.

L'équipe vainqueur est celle qui a eu le moins de fourmis immobilisées, ou celle ayant immobilisé le plus de fourmis.

### Organisation de la classe

3 équipes de même nombre : fourmis, chasseurs, arbitres.

Changer les rôles.

## RELAIS DES BALLEES

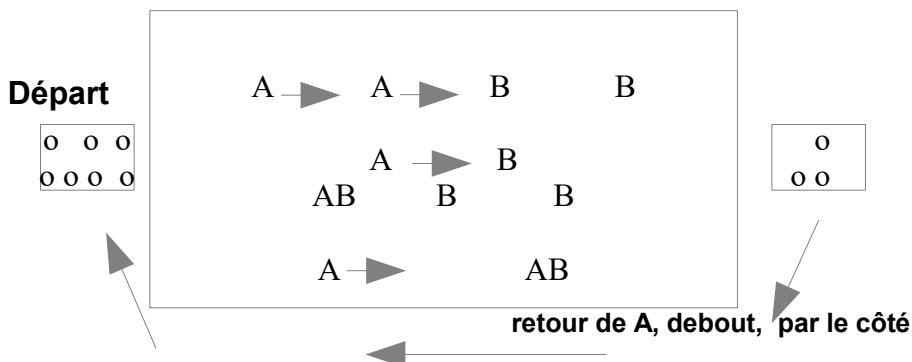
### But du jeu :

Une équipe doit apporter des balles dans une caisses pendant que l'autre équipe l'en empêche.

### Règle du jeu :

- 2 équipes de 6 joueurs à 4 pattes dans un rectangle de 5m x 10m
- L'équipe A doit prendre des balles dans la caisse pour les emmener dans l'autre caisse à l'autre bout du rectangle.
- L'équipe B cherche à éliminer les transporteurs en les retournant sur le dos. Les joueurs B n'interviennent qu'à l'intérieur du rectangle.
- Si un joueur est éliminé il retourne au départ.
- Si un joueur atteint la caisse avec sa balle, il la met dedans et retourne à la caisse de départ, debout et par le côté.
- A la fin du temps, on compte le nombre de balles et on inverse les rôles.

### Dispositif :





## LES TORTUES

### **Objectifs :**

Recherche des différents modes de retournement de l'adversaire.  
Amélioration de sa stabilité au sol.  
Renforcement musculaire.

### **Situation :**

Dans un cercle (  $\emptyset = 5$  m.) ou un carré (5x5 m.) 4 ou 5 joueurs « rouges », les tortues, se délaient en rampant sur le ventre.

3 joueurs « bleus » cherchent à les retourner sur le dos.

La dernière tortue à rester sur le ventre gagne le jeu.

ATTENTION !! la prise de la tête et des 2 bras est interdite.

### **Variantes :**

Au départ les tortues sont à 4 pattes.

Les tortues ont la possibilité de sortir de l'aire de jeu.

### **Comportement à valoriser :**

Le contact rapproché de l'attaquant qui utilise le poids de son corps.

Le passage des bras entre la tortue et le sol pour la recherche d'une efficacité maximum des saisies, de ramassements de bras, de jambes.

## SE RELEVER

### **Objectifs :**

Recherche des différents modes d'immobilisation et de sorties d'immobilisation.  
Utilisation du poids du corps.

### **Situation :**

Un joueur « A », couché sur le dos ou sur le ventre, est contrôlé par « B ».

Au signal, « A » essaie de se relever, « B » l'en empêche.

### **Variantes :**

Proposer le même jeu, les yeux bandés.

### **Comportement à valoriser :**

Pour « A » :

Rechercher les différentes saisies pour déséquilibrer « B » et se dégager.

Pour « B » :

L'utilisation du poids du corps.

L'écrasement de l'adversaire au sol avec sa poitrine.

La recherche de la meilleure stabilité au sol en restant jambes tendues, écartées, le plus loin possible de « A ».

## LUTTE AU BALLON

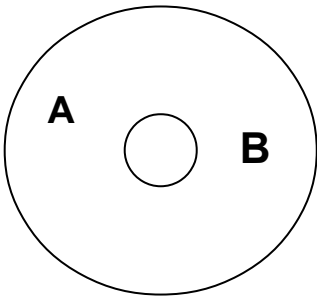
### **But du jeu :**

S'approprier le ballon le premier et le poser hors du cercle des tapis ou de la zone prédéterminée (l'autre joueur ne doit plus le toucher).

### **Règles :**

- Deux joueurs face à face
- Assis, à genoux
- un ballon entre les 2 joueurs
- la position dos à dos est à proscrire (dangereuse)

### **Dispositif :**



1 arbitre  
1 chronomètreur  
signaux nets : début de jeu, fin de jeu

### **Variantes :**

- 1) « A » tient le ballon contre lui au sol, « B » doit s'en emparer, puis le poser hors de la zone (puis on change de rôle).
- 2) « A » et « B » ont les mains posés sur le ballon au signal de départ.

## SORTIR LES OURS

### **But du jeu :**

Pour les ours : ne pas se faire sortir de sa tanière.  
Pour les chasseurs : sortir les ours de leur tanière.

### **Règle du jeu :**

Position de départ :

- L'équipe d'ours se tient au centre du tapis
- L'équipe des chasseurs se tient autour du tapis.

Au signal, les chasseurs vont tenter de sortir les ours de leur tanière.

Les ours n'ont pas le droit de se débattre, d'empêcher la prise, de bouger.  
Se joue en un temps donné.

### **REUSSITE :**

Au bout de 3 manches :

- Les ours gagnent s'il y a encore des ours dans la tanière.
- Les chasseurs gagnent s'il n'y a plus d'ours dans la tanière.

### **Organisation de la classe :**

3 équipes de même nombre : ours, chasseurs et arbitres. Changer les rôles.

### **Aide :**

Les ours peuvent se tenir entrelacés, s'aider du poids de leur corps.  
Les chasseurs peuvent se mettre à plusieurs sur un ours.

## MANCHOT MAITRE CHEZ LUI

### **But du jeu :**

Faire sortir l'autre de la zone sans en sortir soi-même et sans utiliser les mains.

### **Règles :**

- Les deux adversaires ont les mains dans le dos.
- Position de départ : dos à dos et un genou à terre.
- Pousser l'adversaire avec les épaules et les hanches.

### **Dispositif :**

Les deux joueurs sont dans un cercle ( $\emptyset = 3$  m.), un carré (3x3 m.) ou un couloir assez large (3m.).

Consignes : « on pousse l'adversaire avec les épaules et les hanches pour le déséquilibrer et le faire sortir de l'espace délimité ».

### **Variantes :**

Variation la position de départ

Agrandir ou réduire le territoire

# FEUILLE DE MARQUE

## L'île

Equipe bleue		Equipe rouge	
1	2	3	4

Rôles			Marquage des points			
			Équipe bleue		Équipe rouge	
Joueurs	Arbitre	Marqueur	1	2	3	4
1 contre 3	2	4				
2 contre 4	1	3				
1 contre 4	3	2				
2 contre 3	4	1				
Total par joueur						
Total par équipe						

***3 essais par duel - 1 point par essai réus***

# FEUILLE DE MARQUE

## Conquête de foulards

Equipe bleue		Equipe rouge	
1	2	3	4

Rôles			Marquage des points			
			Équipe bleue		Équipe rouge	
Joueurs	Arbitre	Marqueur	1	2	3	4
1 contre 3	2	4				
2 contre 4	1	3				
1 contre 4	3	2				
2 contre 3	4	1				
Total par joueur						
Total par équipe						

*Chaque fois qu'un joueur attrape le foulard de son adversaire, il marque un point. Le 1er joueur qui marque 3 points remporte la partie.*