

- C6 Respecter les autres, et notamment appliquer les principes de l'égalité des filles et des garçons
- C6 Respecter les règles de la vie collective, notamment dans les pratiques sportives
- C6 Coopérer avec un ou plusieurs camarades
- C7 Montrer une certaine persévérance dans toutes les activités

- Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

Cette fiche présente un module d'apprentissage

# Des jeux de duos vers les duels

Par F. Chabas

Oser entrer dans l'espace proche de l'autre, accepter le contact, intégrer les réactions du partenaire pour rechercher le gain d'un duel nécessitent de choisir des situations progressives de combat.

À l'école élémentaire, pour aborder les activités duelles, il nous semble primordial de proposer, au préalable, des tâches de coopération afin de faciliter l'acceptation de l'opposition : l'élève doit considérer l'autre comme un partenaire avant de construire progressivement la notion d'adversaire.

## Du duo au duel

**Les situations duos :** l'enfant apprend à connaître son corps et à prendre en compte celui d'autrui, il acquiert des repères spatiaux et identifie des informations pour adapter son action. Ces situations se déroulent sans la pression du combat.

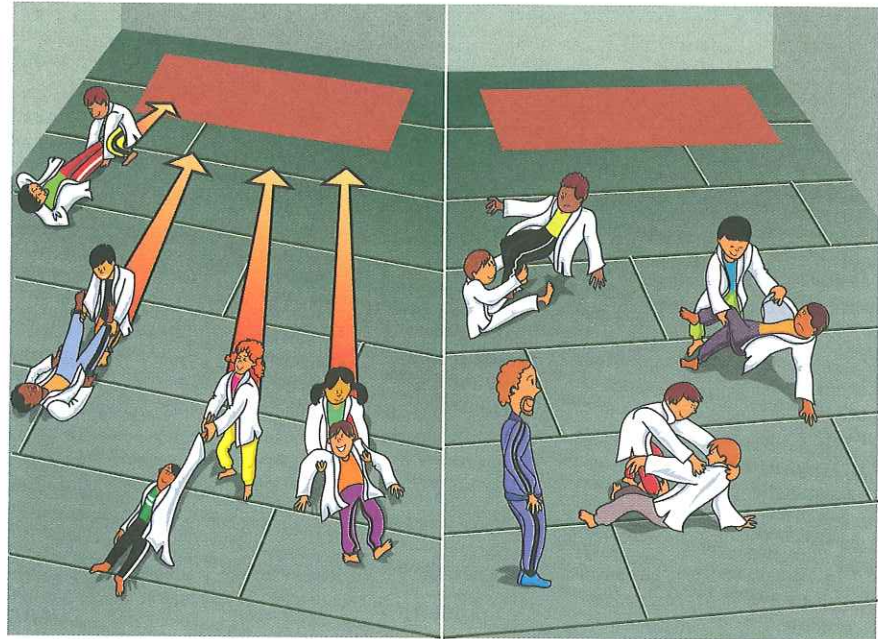
**Les situations duelles :** elles sont l'essence même des jeux d'opposition. Les élèves se confrontent les uns aux autres tout en respectant des règles de sécurité. En diversifiant les formes de combat, l'enseignant veille à élargir le répertoire d'actions (pousser, tirer, soulever, faire rouler, immobiliser, etc.).

Proposées en alternance, elles permettent les ajustements des comportements : les enfants timides ou timorés sont mis en situation de réussite et les plus « fonceurs » apprennent à canaliser leur agressivité et à apprécier les effets de leurs actions.

## Le déménageur et son meuble

### Le dispositif

**Objectifs :** accepter le contact, découvrir les premières prises et apprécier le poids du partenaire.



Illustrations : M. Diamant

**Aménagement :** un espace de tapis avec une zone délimitée, deux élèves (le déménageur est debout et le meuble allongé au sol), le temps de combat est de 40 s à 1 mn.

**Consignes :** attraper son meuble par les articulations (chevilles, poignets, coudes...) ou par la veste<sup>1</sup> et le transporter sur 6 à 8 m jusqu'à la zone matérialisée.

**Règles de sécurité :** pour le déménageur ne pas tirer par la tête, ne pas donner d'a-coup et, pour le meuble, rester au sol et ne pas se relever.

**Variables :** la distance à parcourir, la durée de l'action, le nombre de déménageurs par meuble, etc.

### La forme en duo

**Consigne :** pour le meuble, se laisser faire.

**Faire énoncer les principes d'efficacité :**

- pour le déménageur : choisir une prise adaptée et solide ;
- pour le meuble : rester tonique.

### Le duel

**Consignes :** pour le « meuble », résister et tenter de déséquilibrer l'adversaire ; il n'a toutefois pas le droit de se lever ni de donner des coups de pied sous prétexte de combattre.

**Faire énoncer les principes d'efficacité :**

- pour le meuble : se plaquer au sol, écarter ses appuis, s'accrocher au déménageur, le faire tomber dès que possible surtout quand ce dernier se déséquilibre pour tirer ;
- pour le déménageur : maintenir à distance le meuble pour ne pas tomber, avoir 2 points de contact sur le kimono (col et pantalon ; manche et jupe), tirer en même temps avec les 2 bras, etc.

## Les équilibristes

### Le dispositif

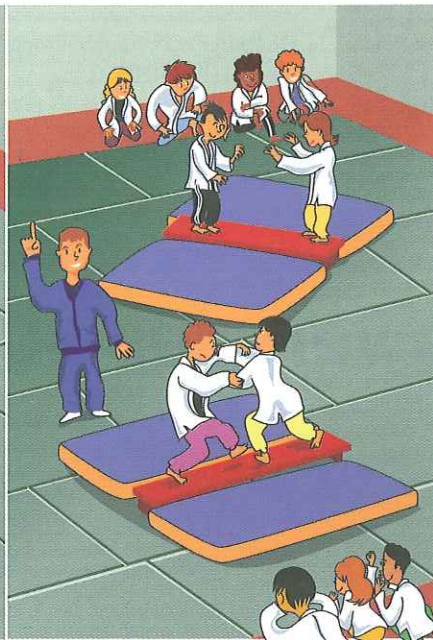
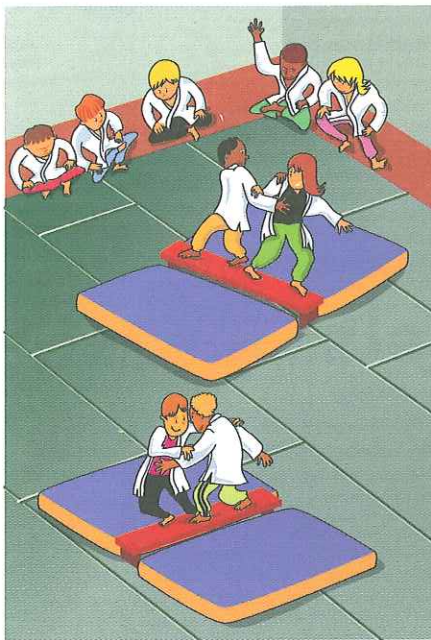
**Objectifs :** s'organiser pour tirer, pousser tout en gardant son équilibre.

**Aménagement :** une poutre ou un banc de gymnastique et deux matelas de part et d'autre de la poutre ; deux élèves (de poids et taille équivalents) chacun à une extrémité du banc.

**Consigne :** au signal, avancer sur le banc pour échanger sa place.

1. Nous préconisons l'emploi des vestes de kimonos par les élèves pour multiplier les opportunités de prise (on peut saisir soit le corps soit le kimono) et diminuer la peur du contact.





**Règles de sécurité :** ne pas saisir les jambes ni pincer ; se croiser ou combattre au milieu du banc et non aux extrémités.

**Variables :** la largeur du banc, l'emploi d'objets symbolisant le partenaire à contourner, l'aide d'un adulte pour assurer l'équilibre (parade), la définition préalable d'ordre de passage, etc.

#### La forme en duo

**Consignes :** effectuer le croisement sans tomber ni toucher les matelas ; s'entraider pour réussir, par exemple en se tenant mutuellement par le kimono.

**Faire énoncer les principes d'efficacité :** passer calmement, se tenir à son partenaire (par la veste), compenser les déséquilibres par un déplacement opposé, bien placer ses pieds, etc.

#### Le duel

**Consigne :** chercher à faire tomber son adversaire sur les matelas, le premier qui tombe a perdu.

**Faire énoncer les principes d'efficacité :** attraper la veste et exercer un couple de rotation (le coup du volant) ; se positionner en équilibre parfait (jambes écartées, légèrement pliées, bras devant, épaules gainées).

#### La poule et le renard

##### Le dispositif

**Objectifs :** accepter le combat, découvrir les premiers déséquilibres, avoir une première ébauche de défense.

**Aménagement :** 2 élèves au sol avec un ballon, la poule (en position de défense, en quadrupédie) et le renard (en position

d'attaque, à genou, les mains sur la poule) ; les rôles changent après 40 s de combat.

**Consignes :** pour la poule, défendre son œuf ; pour le renard tenter de le voler.

**Règles de sécurité :** poser les mains sur la poule avant le signal de départ (Hajimé) puis pousser ou tirer sans frapper. Ne pas mettre les mains au visage.

**Variables :** la durée d'action, la longueur du déplacement, la taille du ballon, la position initiale de la poule.

#### La forme en duo

**Consignes :** pour la poule, rester groupée, tenir son œuf et se laisser faire ; pour le renard, l'amener dans son terrier en la faisant rouler.

**Faire énoncer les principes d'efficacité :** pousser fort pour faire rouler la poule, utiliser le buste et les bras pour pousser, avoir une continuité dans l'action.

#### Le duel

**Consigne :** pour le renard, voler l'œuf (à la fin du temps de jeu, la poule gagne si elle a encore les mains sur l'œuf, ou le renard s'il s'est totalement emparé du ballon).

**Faire énoncer les principes d'efficacité :**

– pour le renard : renverser la poule sur le dos ; lui dégager les bras et les contrôler avec les jambes ou le buste ; faire sortir le ballon par les côtés des bras et non en force directe ;

– pour la poule : rester groupée le plus possible (retour à plat ventre ou en position quadrupédique).

#### Les comportements caractéristiques

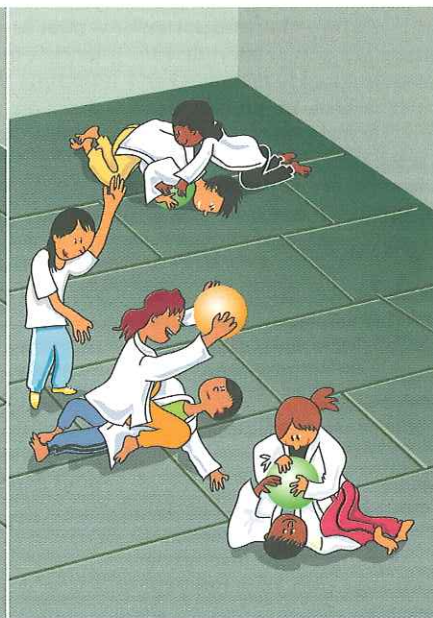
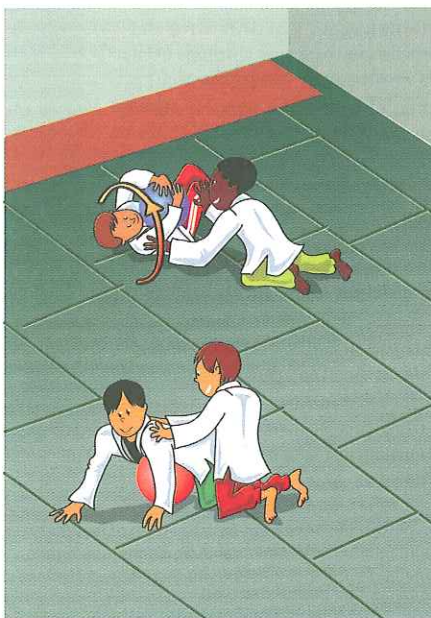
L'observation des élèves en situation permet à l'enseignant de proposer des contenus adaptés, garants de leurs progrès. Il peut distinguer différents paramètres comme :

- l'entrée dans l'activité, l'engagement personnel ;
- la nature et la qualité des prises ou des appuis ;
- la maîtrise de l'équilibre ;
- la coordination et l'enchaînement des actions, etc.

En fonction des attitudes et des comportements observés, l'enseignant module ses propositions, renforçant le choix de situations duos ou duelles ou en jouant sur les variables didactiques. ●

**Franck Chabas,**

BEES Judo, Professeur EPS, Collège J. Verne, Cagnes-sur-Mer (06).



#### Pour en savoir plus

En complément à cette fiche, retrouvez sur [www.revue-eps.com](http://www.revue-eps.com) (n° 139, sommaire) une grille d'observation des comportements des élèves et des propositions d'adaptation des situations proposées.