

**Compétence attendue : S’engager loyalement dans un combat, en recherchant le gain par l’utilisation de contrôles et forme de corps sur l’adversaire gardant ses appuis au sol**

Connaissances	Capacités	Attitudes	Liens avec les compétences méthodologiques et sociales
<p><b>Le vocabulaire spécifique :</b> Tombé, mise en danger, passage arrière, contrôles.</p> <p><b>Le règlement et consignes de sécurité</b> La surface minimum, l’espace de sécurité entre les zones de combat, les actions et les prises interdites, la position de l’arbitre</p> <p><b>Les repères garantissant la chute en toute sécurité.</b></p> <p><b>Les principes d’action –réaction simple sur le corps de l’autre</b></p> <p><b>La différence entre saisie et contrôles</b></p> <p><b>Des contrôles et leur combinaison simple :</b> Au sol : -double ramassement des bras -simple ramassement des bras - double ramassement des jambes - simple ramassement des jambes Debout : debout, bras jambes</p> <p><b>Autre rôles</b> Mise en place du matériel en toute sécurité Rôle de l’arbitre : Commandement simple « contact, stop » Principe du savoir chuter Rôle du juge : comptage des points les critères permettant de valider, un passage arrière, une mise en danger</p> <p><b>utilisation du règlement simplifié UNSS</b></p>	<p><b>Du pratiquant :</b> Savoir chuter et faire chuter sans projection Apprécier les distances</p> <p><b>En attaque :</b> Réduire la distance d’affrontement pour agir efficacement sur le corps de l’adversaire -Réaliser des contrôles simples au sol ou debout -contrôler et maintenir son adversaire sur le dos pour le tombé</p> <p><b>En défense :</b> -se défendre en se libérant d’un contrôle adverse en revenant sur le ventre -se sentir en position de mise en danger</p> <p><b>Autre rôles</b> Arbitre : -Appliquer le protocole des commandements -intervenir pour une pratique sécuritaire</p> <p>Juge -identifier les contrôles, les mises en danger, le tombé et le passage arrière</p>	<p><b>Du pratiquant :</b> Respecter le rituel et les pratiques de l’activité Accepter les contacts, la confrontation et les chutes Respecter l’adversaire, l’arbitre le juge Etre attentifs à l’intervention de l’arbitre Maîtriser des émotions Etre fair-play Accepter les différentes formes de travail (opposition –coopération)</p> <p><b>Autre rôles</b> <b>Arbitre :</b> Il doit être vigilant et rigoureux Rester attentif en toute circonstance</p> <p><b>Juge :</b> Etre objectif et intègre</p>	<p><b>CMS1 :</b> <i>Agir dans le respect de soi, le respect des règles de sécurité et de fonctionnement</i></p> <p><b>CMS2 :</b> <i>organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités par la gestion et l’organisation des pratiques et des apprentissages : installer utiliser, ranger du matériel recueillir des informations, juger et travailler en équipe</i></p> <p><b>CMS3 :</b> se mettre en projet par l’identification individuelle ou collective des conditions de l’action, de sa réussite ou de son échec</p> <p><b>CMS4 :</b> se connaître, se préparer, se préserver par la gestion de ses efforts, en sachant s’échauffer, récupérer, identifier les facteurs de risque Maîtriser ses émotions, prendre des décisions adaptées</p>

**Liens avec le socle :**  
Compétence 1 : s’exprimer à l’oral en maîtrisant un vocabulaire précis dans les échanges liés à l’arbitrage, au jugement et à l’observation  
Compétence 6 : comprendre et mettre en œuvre les conditions pour agir en sécurité, comprendre l’importance du respect mutuel dans l’activité (respect de l’adversaire, de l’arbitre et du juge)  
Compétence 7 : prendre des initiatives, rechercher des solutions d’attaque et de défense. Fonctionner en petits groupes autonome