

Compétence attendue : Rechercher le gain d'un combat, en privilégiant l'enchaînement de contrôles et formes d'attaques variées. Gérer collectivement un tournoi et observer un camarade pour le conseiller.

| Connaissances | Capacités | Attitudes | Liens avec les compétences méthodologiques et sociales |
|---|---|---|--|
| <p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Règles de sécurité en combat debout et au sol (actions interdites et/ou dangereuses : étranglement, arm-lock, clef de cou....). - Au sol : connaître des principes de retournements simples à partir de position, différentes. - Connaître les 4 immobilisations de base. - Debout : connaître des enchaînements simples suite à une esquive et/ou un, blocage de l'adversaire. <p>Arbitre et juge :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arbitre : connaître les termes et gestes de base pour diriger un combat : rei, hajime, mate, osaekomi, soremade, huki wake, yuko, ippon. - Connaître la valeur des projections et immobilisations. - Juge : tenir une feuille de marque, chronométrer. - Observer / conseiller : connaître les outils liés à l'observation (saisies, forme de corps, durée des temps de combat...) | <p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chuter et faire chuter sans risque. - Utiliser les déséquilibres et déplacements de l'adversaire, créer des opportunités d'attaque. - Debout : enchaîner des actions simples en fonction de la réaction de l'adversaire (esquive, blocage). - Enchaîner en combat au sol si l'opportunité se présente : être capable de retourner pour contrôler son adversaire. - Se défendre en esquivant et/ou bloquant, riposter en surpassant. <p>Arbitre et juge :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arbitre : veille au bon déroulement du combat en veillant au respect des règles et à la sécurité des combattants. - Intervenir avec les gestes adaptés. - Juge : seconder et communiquer avec l'arbitre ; gérer les rôles nécessaires au déroulement du tournoi (tenir une feuille de poule, chronométrer). - Observateur/ conseiller : utiliser des critères objectifs pour rendre compte des résultats d'un camarade. | <p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respecter les autres : adversaires, juge, arbitre. Tenir compte des analyses de son conseiller. - Se montrer combatif tout au long du combat quel qu'en soit le déroulement (favorable ou défavorable). - Rester concentré et vigilant. - Observer ses futurs adversaires. <p>Arbitre et juge :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coopérer dans les rôles d'arbitre/juge/observateur, conseiller. - Arbitre : diriger un combat et veiller à la sécurité. - Juge : être capable de justifier son jugement. - Observateur/conseiller : être rigoureux dans ses observations et les faire partager à son conseiller. | <p>CMS1 : Agir dans le respect de soi, le respect des règles de sécurité et de fonctionnement</p> <p>CMS2 : 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 e</p> <p>CMS3 : se mettre en projet par l'identification individuelle ou collective des conditions de l'action, de sa réussite ou de son échec</p> <p>CMS4 : se connaître, se préparer, se préserver par la gestion de ses efforts, en sachant s'échauffer, récupérer, identifier les facteurs de risque Maitriser ses émotions, prendre des décisions adaptées</p> |

Liens avec le socle :
 Compétence 1 : Maîtriser la langue, utiliser un vocabulaire juste et précis lors d'échanges liés aux prélèvements d'indices, à l'élaboration de l'itinéraire et à l'analyse des itinéraires. Compétence 6 : Respecter les consignes de sécurité, connaître les gestes de premier secours. Etre performant dans un travail en équipe. Compétence 7 : Etre capable de raisonner avec logique et rigueur. Développer sa persévérance. Affiner sa connaissance de soi et réaliser un projet de groupe.