



## **Judo en établissement scolaireQuelles voies en E.P.S. ?**

Michel Calmet

### **► To cite this version:**

| Michel Calmet. Judo en établissement scolaireQuelles voies en E.P.S. ?. 2002. <hal-02502052>

**HAL Id: hal-02502052**

**<https://hal.science/hal-02502052v1>**

Submitted on 8 Mar 2020

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

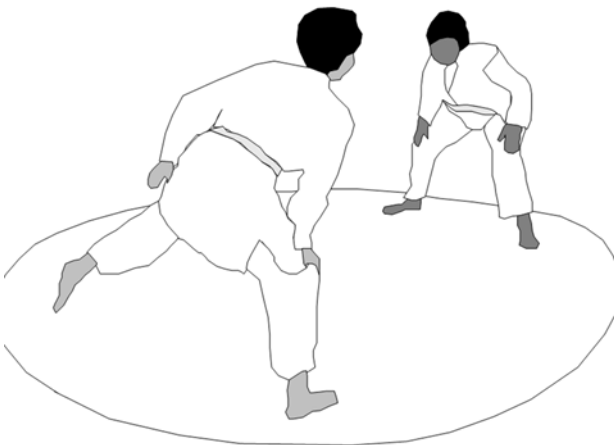
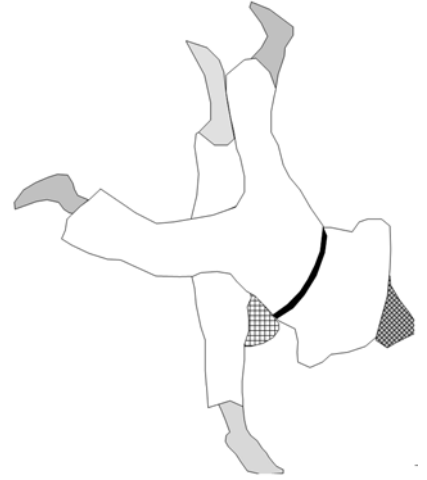
L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



HAL Authorization

# Judo en établissement scolaire

## Quelles voies en E.P.S. ?



2002, Calmet M, *Enseigner le judo au collège et au lycée*, SCEREN, CRDP Amiens, France, 105 pages et dévédérom

Michel Calmet, 1997, UPJV

## SOMMAIRE

<b>INTRODUCTION .....</b>	<b>3</b>
<b>LES ELEVES ET LE JUDO .....</b>	<b>4</b>
<b>LES PROFESSEURS D'EPS ET LE JUDO .....</b>	<b>5</b>
<b>LES ETUDIANTS ET LE JUDO .....</b>	<b>8</b>
<b>L'ACTIVITE JUDO EN 1998 .....</b>	<b>11</b>
<b>L'EPS ET LE JUDO .....</b>	<b>13</b>
<b>QUEL CADRE THEORIQUE DE TRAVAIL POUR PERMETTRE CES PROGRES ? .....</b>	<b>19</b>
1) PHASE MOTIVATIONNELLE.....	21
2) PHASE D'ETUDE .....	22
3) PHASE D'APPLICATION, D'EVALUATION DE LA MAITRISE DES ACTIONS.....	23
<b>EXIGENCES MATERIELLES .....</b>	<b>25</b>
<b>PLAN DE FORMATION .....</b>	<b>26</b>
LES NIVEAUX DE COMPORTEMENTS REPERES EN CLUB : .....	27
<b>L'APPORT DES COLLEGES SENSIBLES AU TRAITEMENT DE L'ACTIVITE JUDO.....</b>	<b>36</b>
<b>VARIABLES PEDAGOGIQUES DU COMBAT .....</b>	<b>37</b>
* DES CONTRAINTES D'ACTIONS: .....	38
* DES CONTRAINTES D'ESPACE: .....	39
* DES CONTRAINTES DE TEMPS ET DE SCORE: .....	40
<b>EVALUATION .....</b>	<b>42</b>
<b>EVALUATION COMBAT / JUDO .....</b>	<b>46</b>
EVALUATION FICHE OPPOSITION - COOPERATION .....	47
ETUDE DE CES FICHES:.....	48
EVALUATION - FICHE CIBLES.....	50
ETUDE DE CETTE FICHE CIBLE .....	51
<b>DES AXES DE TRAVAIL POUR POURSUIVRE L'ACTION AU SOL OU DEBOUT .....</b>	<b>53</b>
<b>CONCLUSIONS .....</b>	<b>56</b>
1) UN CADRE THEORIQUE QUI S'ARTICULE EN TROIS ETAPES ET TROIS RUPTURES : .....	57
2) DES ARTICULATIONS DANS LA CONSTRUCTION DU PROGRAMME EPS DE L'ETABLISSEMENT. ....	58
3) DES POSSIBILITES POUR REUTILISER LES SAVOIRS APPRIS DANS D'AUTRES APS .....	59
<b>ANNEXES .....</b>	<b>60</b>
<b>ORGANISATION DES CYCLES.....</b>	<b>61</b>
CYCLES 1 ET 2.....	61
CYCLES 3 ET 4.....	62
CYCLES 5 ET 6.....	63
REGLEMENTS JUDO - LUTTE - SAMBO .....	64
FICHE CLASSIFICATION DES PROJECTIONS .....	66
TABEAU RECAPITULATIF DES SAVOIRS.....	69

## INTRODUCTION

Au-delà de la dynamique temporaire du combat et de l'émotion que procure la maîtrise contrôlée d'un adversaire, que ce soit par son envolée puis sa retombée ou par son immobilité momentanée sur les tatamis, notre préoccupation d'enseignant peut-elle, voire doit-elle, se satisfaire uniquement de ces instants éphémères que sont projections et immobilisations ?

Souvent mis en avant par l'actualité sportive, si magnifiques et pathétiques soient-ils, ces instants éphémères doivent-ils seuls orienter nos stratégies pédagogiques ?

Si projections et immobilisations sont à la fois les représentations de la maîtrise élaborée d'une gestuelle spécifique et de la fin de l'affrontement, le judo ne se résume-t-il qu'à un subtil jeu de forces entre protagonistes, une application originale des principes généraux de la statique et de la dynamique ?

Dans l'affirmative, enseigner le judo se résumerait à obtenir un résultat par l'application de techniques appropriées. Bien que beaucoup d'ouvrages sur l'enseignement des activités de combat de préhension mettent en avant ces objectifs sportifs et techniques dans les formations, le résultat et la forme d'exécution de ces gestes ne nous importent que s'ils sont associés à des finalités éducatives.

Il nous semble qu'une approche, même présentée comme résolument éducative mais basée essentiellement sur la seule dimension sportive, privilégie la compréhension des objectifs spécifiques au détriment des finalités éducatives.

Pour apprendre à combattre en judo, il faut organiser et faire comprendre les équilibres multiples qui émergent d'une situation de combat et non pas seulement apprendre et maîtriser le fait d'être plus fort que l'autre. Sans renier cet objectif, nous pensons qu'il ne doit pas être seul placé en avant dans les premières phases d'études.

Pour asseoir nos propositions, nous passerons en revue les représentations des élèves, des étudiants, des professeurs d'éducation physique et sportive (EPS) à propos du judo.

Après avoir rappelé quelques caractéristiques du judo en France en 1998 et souligné ses évolutions importantes d'un point de vue pédagogique, nous présenterons un cadre de travail, articulé avec un plan de formation et des évaluations, adapté à l'enseignement des premiers cycles de judo en établissement scolaire. Afin d'envisager des perspectives de poursuite de la pratique de l'activité, nous développerons des axes de travail pour enchaîner les actions debout et / ou au sol.

Nos conclusions nous permettront de résumer nos propos et de dégager des perspectives d'aménagement du projet EPS au sein du projet d'établissement.

## LES ELEVES ET LE JUDO

Les élèves connaissent l'activité médiatisée, c'est à dire la compétition présentée dans les médias et sont capables d'énoncer plusieurs noms de champions en titre.

Ils savent que les combats de judo commencent debout, se déroulent debout ou au sol, que les techniques de judo ont un nom, que pour passer les grades (donc un examen) il faut savoir ces noms, faire des combats et des katas.

Ils connaissent aussi d'autres activités de combat ou 'arts martiaux' (Boxe américaine, Catch, Judo, Lutte, karaté...). Ils savent qu'il y a des KO, des Ippons, que pour les autres arts martiaux, on passe aussi des grades.

Les techniques représentent une sorte de paradoxe, l'expert les maîtrise bien, il faut s'entraîner pour les réussir, mais cela reste un peu 'magique'. Ils hésitent beaucoup sur le catch, est-ce un spectacle ou un combat réel ?

Les sports de combat restent quand même dans le domaine de l'interdit ("jeux de mains, jeux de vilains"), mais les élèves les plus jeunes (10 ans) sont en général très motivés pour pratiquer toute sorte d'activité de combat.

En EPS, l'objectif n'est pas de préparer systématiquement les élèves à un niveau de compétition.

Après échauffement, si on demande à des élèves de sixième de faire du "judo", c'est à dire de combattre sans se faire mal, plusieurs catégories<sup>1</sup> de comportements se dégagent :

- 1) certains restent dans le cérémonial<sup>2</sup>.
- 2) certains ne rentrent pas dans l'affrontement et restent en appui bras sur bras (voire à distance de saisie) sans prendre de risque.
- 3) certains (ceux qui sont en réussite, et il s'agit plus rarement des filles) combattent au sol ou debout. Leurs combats sont intenses, même si l'ensemble reste un peu "brouillon". La saisie au cou est privilégiée (surtout au sol) elle permet (et pour cause<sup>3</sup>) un contrôle important de l'adversaire. Des projections sont engagées (ces acquis restent à développer), mais le contrôle de ces projections et / ou des chutes n'est pas du même niveau d'habileté.
- 4) la plupart se mettent par affinité (pour se rassurer affectivement et psychologiquement) :  
 Dans les combats debout, la saisie est en fait un moyen pour maintenir l'adversaire à distance (les mains en appui sur les bras de l'autre), l'essentiel des actions est effectué avec les jambes.  
 Dans les combats à genoux, l'essentiel des actions est effectué avec les bras, pour tenter de vriller le haut du corps de l'adversaire, le déséquilibrer et l'amener au sol. Il y a alors relâchement du contrôle pour venir saisir les bras de l'adversaire pour continuer de le plaquer au sol.

Pour les deux dernières catégories on peut affiner ces comportements :

Pour la troisième catégorie :

Au sol la victoire est obtenue quand le dominé abandonne.

Debout ceux qui s'affrontent intensément, poursuivent des combats en revanches et belles.

Pour la quatrième catégorie :

En cas de réussite d'une action debout (mise à terre d'un combattant), un dialogue s'instaure une fois le dominé remis debout : "regarde, j'ai fait comme ça".

Nous pouvons caractériser deux types de comportements d'élèves pratiquant l'activité judo :

- ceux qui s'opposent à travers des combats
- ceux qui s'opposent puis coopèrent, ou l'inverse.

Socialement les sports de combat sont peu pratiqués par les filles (environ 20% au sein de la FFJ). En E.P.S. nous devons tenir compte des représentations, de l'approche, du comportement des filles<sup>4</sup> quand nous proposons l'activité judo dans nos classes.

<sup>1</sup> Il ne s'agit pas là, d'une expérimentation au sens scientifique, mais de la traduction de l'expérience de ces situations.

<sup>2</sup> M. Calmet, M. Gouriot, "Didactique du judo en milieu scolaire", 87, CDDP Beauvais, p. 36

<sup>3</sup> Trop dangereuse pour les cervicales, il faut dans les règlements utilisés proscrire cette saisie.

<sup>4</sup> Filles et garçons, Annick Davige, in Ce qui s'apprend en EPS, 1996, SNEP, p. 100-104

Débutantes, leur pratique de l'activité n'est qu'exceptionnellement basée sur l'instauration d'un rapport de force pour dominer l'autre. Il s'agit plus d'une investigation réfléchie basée sur la compréhension de l'activité :

- de quoi s'agit-il ?
- que faut-il faire, comment s'y prendre ?
- être plus fort que l'autre, n'y a-t-il que cet objectif dans cette activité ?

Par ailleurs, les élèves n'ont pas l'entraînement (sauf ceux qui pratiquent en club) pour faire 40 minutes de combat dans une séance.

Il faut donc aménager des situations de travail qui correspondent à leurs besoins et qui leur permettent à tous de progresser.

## LES PROFESSEURS D'EPS ET LE JUDO

En 1979, au cours d'un stage intitulé :

"Principes généraux de la pédagogie des sports de combat"

Dans le cadre de la formation professionnelle continuée académique, à Montdidier (80), aux enseignants qui nous questionnaient au sujet de la technique, nous avons répondu :

"Il ne serait toutefois pas juste d'affirmer que le judo est le sport académique et que la lutte est le sport où l'on peut s'exprimer librement."

Plus de quinze ans après, les demandes contiennent toujours un référent technique important :

"Tu nous fais un stage de sports de combat (judo - lutte) en établissement scolaire, pour des gens qui débutent, qui ne connaissent rien à la technique, et pas de noms de techniques..." (Secteur de Creil (60) 1995).

Les demandes des enseignants dans les plans de formation continue en 96/97 et 97/98 sont de l'ordre de 5%. Dans le bulletin de liaison des enseignants de l'Académie d'Amiens, nous pouvons encore lire en 1996 :

Activités retenues pour des élèves de 6ème : danse, GRS, tennis de table, rugby, football, handball, mais aussi *jeux d'opposition*, jeux d'escalade, gymnastique (circuits, ateliers)...

Il y a bien un paradoxe concernant la technique chez les enseignants d'EPS. Toujours pour ces 6ème, imaginons le programme inversant<sup>5</sup> les APS et les jeux ci-dessus :

Jeux de danse, jeux de raquettes, jeux de sports collectifs, jeux de circuits de gymnastique, judo, escalade ?

La technique en sport de combat est objet connu de tous. Mais elle gênerait le cours d'EPS pour les uns, elle est perçue comme magique pour les autres.

La nature des demandes semble identique d'une académie à une autre. Il s'agit essentiellement de stages "pour débutants, et sans technique".

L'analyse de 5 points peut nous permettre de comprendre ce peu de pratique<sup>6</sup> des sports de combat en général et du judo en particulier en EPS :

1) Les horaires de pratique :

De nombreuses publications dans les milieux de l'EPS, superposent des niveaux de pratique de club sur des niveaux de classes. Un élève peut faire au mieux 7 cycles de pratique de la 6ème à la terminale, soit 70 h de pratique. Sachant que 40 h représentent environ trois mois de club, les associations suivantes<sup>7</sup> nous semblent inadéquates :

Débutants clubs 6ème - 5ème	Débrouillés clubs 4ème - 3ème	Confirmés clubs Lycées
--------------------------------	----------------------------------	---------------------------

<sup>5</sup> Comment rester indifférent quand on entend : "Monsieur, quand est-ce qu'on fait du vrai handball" ?

<sup>6</sup> La table ronde sur l'enseignement aux JORESCAM 98 à Toulouse, confirme tous ces points.

<sup>7</sup> Barbot A. Badreau J. 1990, Sports de combat de préhension en éducation physique, AEEPS, Paris, p. 131.

Brousse M. 1993, Quel programme en sport d'opposition, EP.S 242, p. 50.

Accompagnement des programmes 6e, 5e, 4e (1997), cycle central, p. 100.

## 2) Le faire contre exclusif :

Ces publications présentent l'activité presque exclusivement sous l'angle du problème fondamental de l'opposition.

- Ceci occulte pour le judo, la conception historique de cette activité qui contient dès son origine un savoir "*faire contre*" sans enjeux (les combats appelés randoris) et un savoir "*faire avec*" (les katas). Quel traitement didactique peut oublier en route la moitié de l'activité ?
- Cela ne prend pas en compte le travail demandé pour l'obtention des diplômes d'Etat d'enseignement des sports de combat. Tous les BEES 1er degré demandent un savoir "*faire contre*" en opposition et un savoir "*faire avec*" en coopération. Le CAPEPS est le seul diplôme d'Etat à ne demander qu'un savoir "*faire contre*".

## 3) Le rapport de force :

Mettre essentiellement en avant des notions comme vaincre et dominer l'autre, imposer un état de force excluant la coopération, ne peut pas :

- Nous aider à franchir le filtre des finalités (santé, sécurité, responsabilité, solidarité) de l'EPS.
- Forcément convenir à tous les élèves des établissements scolaires, notamment les filles.
- Expliquer :
  - \* Que 80% des licenciés en judo ne fassent pas les compétitions officielles ?
  - \* Qu'après 40 ans, il y ait encore 15000 licenciés en judo<sup>8</sup>. Font-ils encore du judo ou bien ont-ils appris à gérer leurs efforts et moduler leurs pratiques sportives ?
  - \* Que la compétition officielle en judo ne soit abordée que dans la deuxième année de licence, soit après 100 h de pratique.

## 4) Le travail au sol :

Démarrer l'activité par le combat au sol en milieu scolaire permet-il de dégager des perspectives de formation à long terme ?

- La motricité au sol est complètement différente :
- La locomotion est réduite, le centre de gravité est plus bas, la base d'appuis plus large. Cela amène une opposition en force avec peu de contrôle de l'amené sur le dos.
- De plus la partie technique au sol est au moins aussi complexe que debout. Ces conditions rendent difficiles la construction d'un deuxième cycle de pratique

## 5) La pédagogie du modèle :

Jusqu'en 1989, la FFJ proposait une méthode d'enseignement technico-centrée. Quel que soit l'âge et le niveau sportif des pratiquants ceux-ci devaient savoir exécuter, sur un partenaire passif, les mêmes techniques pour obtenir le grade supérieur. A cette formation structurée comme un ensemble de connaissances, s'est opposée une formation pour un judoka en devenir, en questionnement. Pour asseoir son approche plus éducative, l'EPS a regroupé deux activités semblables du point de vue des principes d'action, à savoir la lutte et le judo. La démarche s'est catalysée sur l'efficacité, point commun à ces deux activités et sur le développement des capacités des apprenants, point incontournable en EPS.

La lutte et le judo se sont retrouvés amalgamés et le résultat a été bénéfique pour toutes les parties :

- Les judokas (et les lutteurs) débutants mis en situation de combat, augmentent bien leurs compétences de combattant.
- La progression d'enseignement proposée par la FFJ depuis 1989, intègre des exigences techniques, pédagogiques et tient compte du développement morphologique et social de l'individu.

Mais il en est resté quelque chose de négatif :

- La pédagogie du modèle a été rejetée. Sans la remettre en avant, loin de là, nous pouvons qu'il est possible de l'intégrer à bon escient dans tout apprentissage (Roche D. et coll. 1979<sup>9</sup>, Lecharpentier D. et Lecacheur P. 1989<sup>10</sup>).
- L'enseignement du judo a souvent été réduit à cette pédagogie du modèle, faisant fit, par exemple, du rôle des randoris (exercice libre par excellence) où l'apprenant était confronté à la réalité et la globalité de l'activité.
- La nécessaire transformation pédagogique a occulté des valeurs éducatives comme la richesse gestuelle ou ce côté katas que nous avons abordé ci-dessus.

<sup>8</sup> Documents cadres techniques FFJ, 1996

<sup>9</sup> Vial P, Roche D, Fradet C, 1979, Le Judo, évolution de la compétition, Vigot, Paris.

<sup>10</sup> Lecharpentier D. Lecacheur P. Choix stratégiques et démonstration, les effets de la démonstration dans une situation de décision, ACAPS Lille.

## Les sports de combat et les instructions officielles :

Quelques mentions élémentaires dans les IO de 67, existence des sports de combat, sans plus de précision.

Les instructions de 85 parlent d'activités duelles. Elles ne font mention que de rapports d'opposition, les objectifs spécifiques sont clairs et suffisamment larges pour permettre une élaboration équilibrée du projet EPS, ils sont de plus accompagnés de méthodes de travail :

"L'élève cherche, construit et adapte une réponse à l'action d'autrui."

L'accent est mis sur "une pratique élémentaire évitant les risques<sup>11</sup>", mais il n'est pas fait de distinction entre les différents sports de combat (préhension ou escrime); de plus, les activités de "raquettes" et les sports de combat<sup>12</sup> sont agglomérés.

Les instructions de 1996 (programme 6ème) différencient les sports de raquettes des sports de combat mais les objectifs sont plus restreints (le vocabulaire renvoie aux sports de préhension : projeter, amener l'adversaire sur le dos, attaques directes sur poussée et tirades...). L'activité est centrée exclusivement sur des rapports d'opposition, mais curieusement la coopération est mentionnée dans les projets de programmes pour les classes de 3ème.

Les méthodes de travail n'apparaissent plus.

La sécurité est centrée sur le travail debout, celui-ci "ne peut être envisageable avant que l'élève ne sache à la fois chuter et faire chuter"<sup>13</sup>. Rien n'est indiqué sur les saisies debout comme au sol, pourtant dans ce dernier domaine la saisie du cou peut être dangereuse.

Une activité physique et sportive (APS), issue du groupement d'activité combat, doit être enseignée dans les collèges ou lycées, le volume horaire du cycle de formation est au moins de 10 heures.

Nos propos viseront à permettre l'organisation d'une formation<sup>14</sup> établie sur plusieurs années de scolarité.

---

<sup>11</sup> Voir les conditions matérielles ci-après.

<sup>12</sup> Ce qui est encore (1997) le cas aux épreuves du CAPEPS où l'escrime ne figure pas avec les sports de combat mais est classée avec le tennis de table et le tennis.

<sup>13</sup> La chute reste vraiment un problème important, mais les recommandations nous semblent déséquilibrées. Pourquoi parler des chutes en combat et ne pas mentionner ce type de problèmes dans d'autres activités ? Par exemple qu'en escalade l'élève doit apprendre à grimper et à dévisser et à contrôler la chute de son camarade.

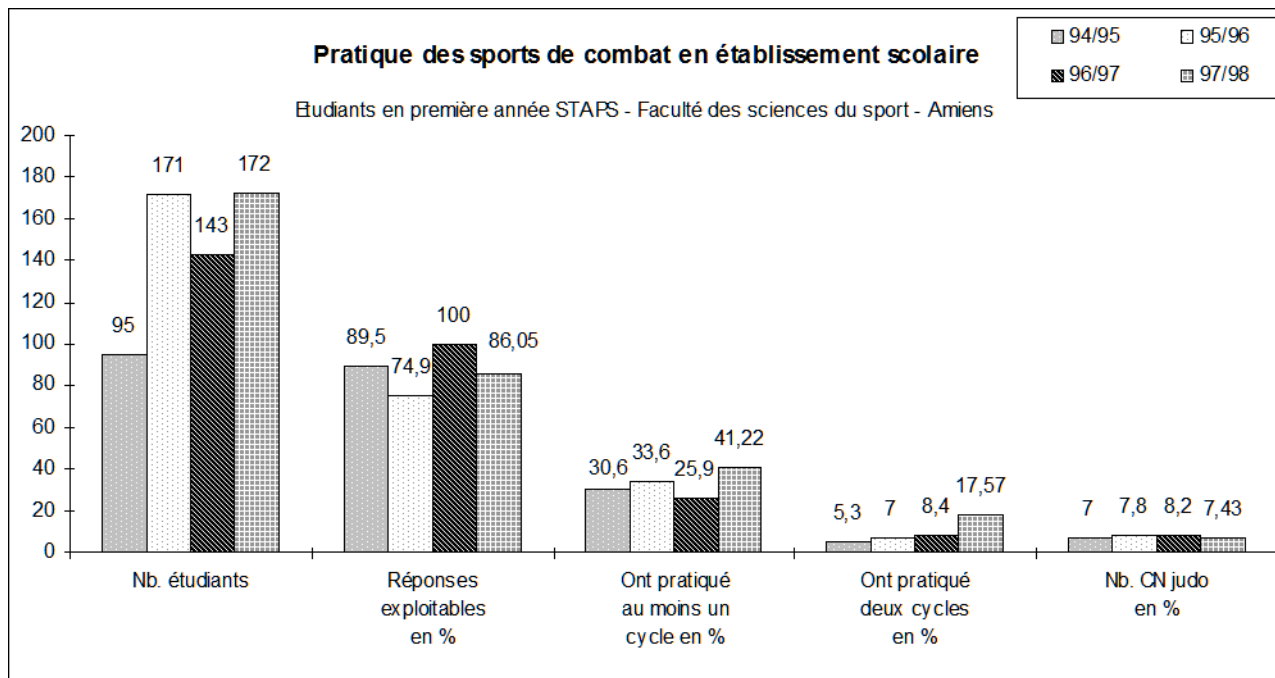
<sup>14</sup> Nous avons déjà fait des propositions dans ce sens dès 1987., cf. M. Calmet, M. Gouriot, "Didactique du judo en milieu scolaire", 87, CDDP Beauvais, p. 37



## LES ETUDIANTS ET LE JUDO

A l'Université quelle est la pratique, en sport de combat, qu'ont eu nos futurs collègues pendant leur scolarité en cours d'EPS ?

Une étude étalée sur quatre ans dans notre Faculté, portant sur 581 étudiants, montre que 33% des étudiants ont fait un cycle de sports de combat dans leur scolarité, dont 9,6% deux cycles.



Nos étudiants sont dans le niveau non-combattant, comme nous avons des non-nageurs en natation.

A la Faculté des Sciences du Sport d'Amiens, les étudiants de première année d'étude (D1) font un cycle combat (orientation judo) composé de 8 séances de 2 heures.

Afin de mieux cerner comment les étudiants ceinture noire perçoivent le judo, si cette perception est comparable à celle des étudiants non judokas, si le cycle de combat qu'ils effectuent en D1 à l'université permet de modifier ces représentations, nous avons fait remplir un questionnaire à 4 groupes (pris au hasard) d'étudiants de D1 en 1997/1998.

Les questionnaires sont distribués au début de la première séance et relevés 10 minutes après. Le même questionnaire est distribué au début de leur dernière séance de pratique. Nous analysons et comparons les deux questionnaires. Sur 119 questionnaires distribués nous avons pu en exploiter 105. Le groupe étudié était composé de 90 non-spécialistes (36 filles et 54 garçons) et de 15 spécialistes (14 ceintures noires et une ceinture marron proche de devenir ceinture noire).

Nous avons mené cette étude avec Luc Collard<sup>15</sup>, voici les résultats de cette enquête.

<sup>15</sup> Luc Collard enseigne à la Faculté des Sciences du Sport d'Amiens, professeur agrégé d'EPS, Docteur en sociologie, il est Maître de conférence.

“ Une étude classique des représentations associées au judo à partir de questionnements directs et fermés risquerait de faire émerger des réponses simples, tranchées, comme si le phénomène étudié allait de soi. On ne ferait alors que confirmer, en croyant le dépister, ce que l’on savait déjà. L’avantage de la méthode des comparaisons par paires de CONDORCET réside justement dans le fait qu’elle permet de repérer plus en profondeur d’éventuels paradoxes dans les réponses. Paradoxes qui sont symptomatiques des difficultés qu’ont les répondants à se positionner par rapport à la question ou qui témoignent de leur incapacité à différencier les stimuli inducteurs.

Dans cette enquête sept stimuli sont comparés : (le judo c’est plutôt faire...) :

Avec l’autre, en harmonie, avec équilibre, en mesure, malgré, contre et avec, contre l’autre.

L’ordination deux à deux des critères conduit à 21 paires distinctes (par exemple : avec l’autre / contre l’autre). Pour chaque paire les répondants doivent entourer le critère qui, des deux, leur semble le mieux correspondre à l’activité judo. Avec autant d’agencements de réponses binaires, il leur est impossible d’avoir le contrôle total du classement qu’ils opèrent. D’autres mécanismes que la simple prise de conscience sont en jeu.

Pour 90 étudiants sportifs non-spécialistes de judo, le dépouillement à la pluralité des voix place le critère : “ *contre et avec l’autre* ”, au premier rang des suffrages. Pour un sport que la théorie des jeux décrit comme duel fortement – exclusif (il s’agit d’un affrontement symétrique pur et dur), ces premiers résultats ne laissent pas de surprendre.

Toutefois, on observe au plan individuel des “ *Effets Condorcet* ”, c’est-à-dire des tournois illogiques contenant au moins un triplet intransitif du type : “ *avec l’autre* ” représente mieux le judo qu’en “ *équilibre* ”, en “ *équilibre* ” représente mieux le judo que “ *contre l’autre* ”, mais “ *contre l’autre* ” représente mieux le judo que “ *avec l’autre* ”. C’est aberrant. Manifestement, la présence de tels paradoxes prouve que les caractères comparés posent problème. On dénombre exactement 86 circuits d’ordre-3 de ce type ; mais avec 90 répondants et 7 critères comparés deux à deux il pourrait y avoir jusqu’à 1260 triplets intransitifs. Les réponses frappées d’illogismes correspondent donc à 6,8% du maximum possible d’aberration. Avec des stimuli aussi subtils qu’en “ *mesure* ”, “ *avec équilibre* ”, etc., nous nous attendions à davantage de déconvenues...

Au plan collectif et à la majorité des voix il y a également “ *Effet Condorcet* ” ; aussi bien pour le sous-groupe des filles (5 triplets intransitifs dans le tournoi collectif) que pour le sous-groupe des garçons (3 triplets intransitifs dans le tournoi collectif). Cela signifie que les étudiants n’ont pas une opinion collective homogène du judo. Il y a bien un critère surplombant qui fait l’unanimité en remportant tous les suffrages majoritaires (le critère “ *avec et contre* ”). Mais ensuite à la seconde, troisième, quatrième place, il y a des ex-æquo : le tournoi ne répond plus aux exigences d’une relation d’ordre total. Cela traduit un entrecroc de points de vue divergents. Ce sont essentiellement les critères “ *avec l’autre* ” et “ *contre* ” qui divisent les interrogés. En effet, on les retrouve à plusieurs reprises aux sommets des circuits d’ordre-3. Certains étudiants semblent se référer au contenu précis de la logique interne du jeu adopté : l’antagonisme pur, le contre l’autre du judo. D’autres, perçoivent au premier chef un autre aspect du contrat ludique : l’entente de base, l’infra-jeu coopératif, l’avec l’autre du judo. De ces deux niveaux d’intelligibilité naissent sans doute la plupart des “ *Effets Condorcet* ”. Ces derniers tendent à s’atténuer lors d’une seconde passation de questionnaires, à l’issue d’un cycle de pratique du judo. Le groupe tend à s’homogénéiser. Les résultats initiaux sont renforcés en ce sens que le “ *contre et avec l’autre* ” s’impose irréfutablement (devant “ *avec équilibre* ”).

Quant aux 15 spécialistes de sports de combat de notre échantillon, ils mettent en avant un autre aspect du judo : “ *l’harmonie* ”. Cette représentation d’experts s’accompagne au second et troisième rang des mêmes critères classés en un et deux par les 90 non-spécialistes. Même pour ces compétiteurs aguerris, le judo n’apparaît pas comme le simple reflet d’un affrontement au corps à corps. Il est également sous-tendu par un ordre partagé, une coopération préalable. Il participe de fait pleinement au “ *procès de civilisation* ” décrit par le sociologue allemand Norbert ÉLIAS. ”

Nos futurs collègues ne voient pas en judo que le "faire contre", leurs représentations tiennent compte d'échanges relationnels puisqu'ils choisissent "faire contre et avec l'autre", "avec équilibre" ou "faire en harmonie". Toutefois un cycle de travail à leur niveau, et pour les non-spécialistes, est susceptible d'influer sur leurs représentations.

Nous avons pris le parti d'aborder cette formation en première année d'université, en sachant que dans la majorité des cas, "nous enseignons comme nous avons été enseignés".

Le cycle couvrira l'ensemble des étapes rencontrées<sup>16</sup> lors des 4 ou 5 premiers cycles enseignés dans un établissement scolaire. L'accent sera donc mis sur les méthodes actives d'éducation, sur le "faire contre et avec l'autre", la notion de cadre théorique de travail pour organiser et développer les apprentissages, la découverte de principes de base, tout en sécurisant les étudiants. Ces derniers vont s'initier au judo comme ils seront amenés à l'enseigner à l'école.

---

<sup>16</sup> Si nous reprenons l'image des non-nageurs, (il faut quitter le moyen bain et les bouées), en judo il faut aborder les problèmes du combat debout.

## L'ACTIVITE JUDO EN 1998

La pratique du judo proposée par la Fédération Française de judo<sup>17</sup>, sera notre base d'étude.

Fédération toujours présentée comme très structurée, la FFJ compte plus de 500000 licenciés. Cette Fédération déborde d'activité, mais seulement 20 % de ces licenciés font de la compétition.

Jean-Luc Rougé (Dojo-info de mars 1996, journal télévisé du 12/12/96), parle d'éducation (au sens large) et de mission de service public à propos de cette éducation.

Géographiquement les clubs sont bien implantés et nombreux, 8000 enseignants diplômés d'état animent 5500 clubs de judo. La comparaison avec les collèges est étonnante, il existe environ un club par collège.

Les grandes compétitions jeux olympiques, championnats internationaux (le sport institutionnel) sont médiatisées. En France, il existe des compétitions à plusieurs niveaux. Il existe des championnats élite, deuxième et troisième division pour les juniors et seniors, avec système de classement pour passer d'une division à une autre.

Mais il existe aussi des championnats pour les plus jeunes, leurs règlements sont alors adaptés :

Pour les poussins, benjamins (depuis 1995) :

Interdiction d'attraper les jambes avec les mains, interdiction de projeter l'adversaire en se jetant au sol, toute action de serrage autour du cou est interdite.

Pour les minimes (depuis 1995) :

Interdiction d'attraper les jambes en attaque, (mais cela est permis en contre-attaque)

Interdiction de pratiquer les étranglements et les clés de bras

Il y a aussi des compétitions de katas et de jiu-jitsu de niveau national et international.

Il faut bien sûr, être licencié pour s'inscrire aux compétitions, mais ce n'est qu'en deuxième année de pratique en club (plus de 100 heures de pratique<sup>18</sup>) que le (la) judoka peut s'inscrire en compétition officielle.

Le judo n'est pourtant pas considéré comme 'dangereux' par les compagnies d'assurances<sup>19</sup>, voici ce que dit Jean Claude BRONDANI, médecin rhumatologue et ancien médaillé olympique (Munich 1972) :

*"Le judo est classé assez loin dans la hiérarchie des sports dits "à risque", selon les critères des compagnies d'assurances.*

*Catégorie 1 : sports de boules*

*Catégorie 2 : natation, athlétisme, basket-ball*

*Catégorie 3 : judo et football*

*Catégorie 4 : hand-ball*

*Catégorie 5 : rugby*

*Catégorie 6 : parapente, parachutisme, bobsleigh*

Le judo se situe 'au milieu' des APS, il n'est pas sport à risque<sup>20</sup>, sa pratique en club ne nécessite pas de certificat médical. Ce dernier est demandé pour la participation aux compétitions.

Le processus civilisateur du sport<sup>21</sup> a permis que la victoire en judo "s'exprime dans le score et non dans le corps adverse"<sup>22</sup>.

<sup>17</sup> Méthode Française d'enseignement du judo-jujitsu, FFJ, 1989, Paris.

<sup>18</sup> 2 entraînements, de 1h30 chacun, par semaine sur 9 mois soit : 2 x 1h30 x 4 x 9 = 108 h

<sup>19</sup> Médecine du judo, D. BARRAULT, JC. BRONDANI, D. ROUSSEAU, Masson, 1991, p. 223.

<sup>20</sup> C'est ce qu'indiquait déjà la revue Médecine du sport, N°2 T54, 1980.

Les études sur les traumatismes d'origine récréative ou sportive (T.O.R.S.) au Canada 1986 à 1992 vont dans ce sens, le judo n'apparaît pas dans les 10 premières activités ayant entraîné une consultation médicale.

COLLARD L. 1998, Sport, enjeux et accidents, Paris, PUF.

<sup>21</sup> ELIAS N. cité par DUMAZEDIER J. 1997, De la culture sportive in Ce qui s'apprend en EPS, Paris, SNEP, p. 94 - 99

<sup>22</sup> COLLARD L. 1997, Approche sociologique des sports à risque, Grenoble, STAPS 44, p. 92

Historiquement, le but du fondateur, Jigoro Kano, est plus éducatif que sportif<sup>23</sup>. Le judo est codifié, comme moyen d'éducation, pour comprendre deux maximes ou principes :

- L'entraide et la prospérité d'une part.
- L'utilisation optimale de l'énergie d'autre part.

Jigoro Kano précise que pour progresser il faut faire des randoris et des katas<sup>24</sup>, et qu'il n'y a pas de véritable entraînement s'il n'y a pas de randoris.

Les katas sont des exercices codifiés dans lesquels les rôles des deux judokas sont établis. Si l'incertitude du combat disparaît, il faut faire la différence entre l'incertitude des actions de l'autre et l'opposition. Le rôle de Uké n'est pas d'être ballotté, baladé, projeté en tant que mannequin, mais de s'opposer à Tori dans le cadre d'une convention connue des deux judokas. Uké doit pouvoir continuer à s'opposer à Tori si la convention n'est pas respectée.

A un haut-niveau de pratique cela signifie que Uké a suffisamment d'habiletés développées pour que, ressentant les actions de Tori, il puisse caractériser son attitude et ne permettre à Tori qu'un type d'actions.

Le randori est un combat sans enjeu, dont le but est de développer des habiletés, généralement les capacités d'attaque. La notion d'entraide entraîne que pendant les randoris le plus fort combatte juste au-dessus du niveau de son adversaire. Il faut différencier le randori du shiai, combat dans lequel il y a un enjeu, la victoire. Organiser dès le début de la pratique un championnat ou un classement (poules, tableaux ou autre "montante-descendante") pour des pratiquants débutants :

- c'est leur laisser la possibilité de donner un enjeu non souhaitable aux combats (le résultat avant tout, au détriment parfois de la sécurité).
- c'est courir le risque de perdre de vue deux autres dimensions qui sont parties intégrantes du judo.

Le judo est en effet, souvent présenté comme un système tridimensionnel de valeurs :

- Shin, la valeur intellectuelle (l'esprit)
- Ghi, la valeur technique (l'esthétisme)
- Tai, la valeur corporelle (l'efficacité)

Si nous suivons les idées de Didier JANICOT(97)<sup>25</sup> :

Ne pas intégrer l'esprit, c'est perdre la dimension humaniste.

Ne pas intégrer l'esthétisme, c'est perdre la subtilité, la richesse gestuelle de l'activité.

Ne pas intégrer l'efficacité, c'est perdre le sens du combat.

Deux formes de travail se complètent et intègrent l'ensemble de ces éléments, elles se pratiquent à l'entraînement ou en compétition:

L'une comprend le travail technique et les katas, c'est une forme de travail en coopération<sup>26</sup>.

L'autre comprend les randoris et les shiais, c'est une forme de travail en opposition.

Nous pouvons donc sans difficultés intégrer les préoccupations des apprenants (décrites ci-dessus) pour composer nos cours d'EPS.

<sup>23</sup> Rappelons que c'est en 1883 que le judo est codifié. Proposer des finalités humanistes au moment où le sport occidental organise ses premières compétitions est assez remarquable.

<sup>24</sup> Les katas sont des mouvements imposés et codifiés (sans incertitude des actions de l'autre) dans lesquels Tori (celui qui projette ou qui conclue l'action) place une technique à Uké (celui qui est projeté ou qui subit l'action). Les katas, il en existe une dizaine) sont exécutés lors des passages de grades. Ils sont de plusieurs sortes et différents les uns des autres, par exemple:

- le go no sen no kata où Uké est actif comme attaquant, ses actions sont proches du combat. Tori doit contre-attaquer, ce kata demandé pour le 4<sup>e</sup> dan FFJudo est en fait très simple et accessible aux ceintures marrons. On peut en dériver des imposés (construits par les élèves) accessibles en collège.

- le nage no kata où Tori projette Uké sur des déplacements simples. Ce kata, demandé pour le 1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> dan, est responsable de l'idée que l'on se fait généralement sur les katas

<sup>25</sup> Didier Janicot, L'éducation par le judo et la compétition chez les jeunes, Dojo Info FFJDA N°9, mars 1997

<sup>26</sup> Kryptokine P., "La lutte pour l'existence suppose l'entraide plutôt que le combat comme moyen d'atteindre le succès", in La foire aux dinosaures, Stephen Jay Gould, Seuil, 1993

## L'EPS ET LE JUDO

### Pourquoi le judo en EPS ?

Le judo se différencie des autres sports de combat dans la mesure où dès l'origine, les buts de tâches en opposition (les randoris) et les buts de tâches en coopération (les katas) sont précisés comme facteurs permettant les progrès<sup>27</sup>.

Organiser la progression des élèves dans ces deux types de tâches permet de travailler sur les finalités santé, solidarité, sécurité, citoyenneté, responsabilité.

Les élèves peuvent travailler ces deux voies complémentaires pour :

- mieux s'investir dans cette activité.
- percevoir différentes façons de progresser, valoriser leur estime de soi.

Parce qu'apprendre à contrôler (ses gestes ou l'adversaire) c'est savoir que l'on peut se contrôler.

Face au glissement des valeurs sociales qui prônent l'individualisme, la pratique du judo peut être un élément modérateur, les résultats de l'investissement (actions réussies dans les randoris et échanges avec l'autre judoka) sont immédiats, mais il est nécessaire d'être nombreux pour s'entraîner.

### Pourquoi proposer l'activité debout dès le début ?

Parce que combattre debout c'est être "grand". "On n'est plus des petits à 4 pattes !"

C'est se confronter à la réalité de toutes les luttes (aucune ne commence au sol)<sup>28</sup>.

Spécificité de l'activité ou question de sécurité ?

Certains auteurs (Bronchart B. 1989)<sup>29</sup> proposent une progression en lutte ou sambo qui démarre au sol, (plat ventre, 4 pattes, mi-hauteur, debout), et les horaires pour arriver debout sont de 30 heures. Mais nous touchons là, pour ce qui est du combat, une des deux différences fondamentales<sup>30</sup> entre le judo et la lutte. Un lutteur peut continuer à combattre en allant de l'opposition au sol vers une opposition debout, pas en judo où le combat sera réglementairement arrêté. Les conduites motrices sont aussi intéressantes dans les deux activités, le vrai problème est le traitement de la projection. Celle-ci arrête le combat en judo voire en sambo, pas en lutte, c'est là que nous situons la deuxième différence fondamentale entre le judo et la lutte. Il faut donc faire un choix en EPS, aborder les projections<sup>31</sup> tout en garantissant la sécurité ou rester au sol au risque de n'aborder qu'une partie de l'activité.

En EPS, la pratique au sol sert trop souvent pour masquer l'absence de surface de combat de qualité, elle occulte de fait un choix sur la motricité et la responsabilité. C'est parfois aussi un choix à minima, quelques séances au sol et le groupement d'activité est traité (maltraité) dans la programmation.

Parce que combattre debout c'est du point de vue de l'action motrice, construire une gestuelle plus riche et plus évolutive. C'est permettre à l'apprenant d'avoir à gérer une prise de risques calculée. C'est cette prise de risques, si les conditions matérielles et psychologiques sont bonnes, qui sera "moteur" de la formation.

Debout, les chaînes articulaires vont solliciter les orteils, les chevilles les genoux. Les déplacements seront plus amples, les changements d'appuis plus simples et précis.

Dans le combat à mi-hauteur, les adversaires sont en appuis sur les genoux et les pieds. La stabilité du couple est importante. Les changements d'orientation d'action (avant-arrière, droite-gauche) vont se faire sans pouvoir déplacer les appuis dans la bonne direction.

Le couple étant stable, le projeteur va très souvent :

- Tenter de surpasser en force l'opposition de l'autre.

<sup>27</sup> Ces progrès sont pour les élèves une source de satisfaction, voire de plaisir. Si en compétition, les bons résultats (mais seulement les bons résultats) sont une source de plaisir personnel, la coopération amène le plaisir de trouver, varier, partager des savoir-faire avec l'autre.

<sup>28</sup> A ce sujet, il faut noter les rapports des DTN concernant l'importance du travail au sol pour les luttes olympiques et l'importance du travail debout pour le judo, après les JO d'Atlanta (Revue EPS N°262, 1996, p. 55-57). Ces rapports confirment ceux de Séoul et de Barcelone.

<sup>29</sup> Bronchart B. 1989 L'enseignement des sports de combat, Amphora p. 79-100

<sup>30</sup> C'est le principe de la "verticale descendante" Calmet M. Gouriot M. 1987, Didactique judo en milieu scolaire, p. 14

<sup>31</sup> Elles font partie des souhaits des élèves, Thabot D, 1995 Judo optimal, Cahiers Actio, Enquête auprès des élèves de 6ème p. 38

Ce n'est pas préjudiciable en soi, mais c'est au détriment de la compréhension de l'équilibre du couple.

- Lancer son corps, en sacrifiant son équilibre, pour améliorer l'efficacité de l'amené au sol.

Il n'apprend plus à conserver son équilibre pour assurer le contrôle de la chute de l'adversaire.

Dans cette situation à mi-hauteur (organisée pour des questions de sécurité par rapport à la chute), les combattants ont souvent tendance à saisir autour de la tête pour mieux solidariser l'autre. Le surassement en force décrit ci-dessus se fait alors au détriment des articulations du cou.

Commencer au sol, c'est en quelque sorte repousser<sup>32</sup> les problèmes. Dans le travail au sol, l'équilibre, les déplacements, sont différents de ceux rencontrés dans le travail debout. Quand et comment engager le travail debout après un, voire plusieurs cycles au sol ? L'apprentissage des chutes aura-t-il été abordé puisqu'il ne se justifie pas ? Bien sûr il y aura des acquis sur la maîtrise de soi, le respect des règles et de la gestuelle spécifique au sol. Mais il faudra aborder les chutes, les projections, et nous aurons à gérer et à faire évoluer les mêmes comportements<sup>33</sup>.

Comment expliquer à un élève qu'il est en danger en pratiquant le judo debout en EPS à 14h00 et qu'il ne l'est plus à 19h00 au club ? Si en plus les lieux et les enseignants sont identiques...

## L'EPS et le judo

L'EPS permet une évaluation plurielle qui prend en compte des finalités<sup>34</sup> et des objectifs.

L'EPS vise chez tous les élèves :

- le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices.
- l'acquisition, par la pratique, des compétences et des connaissances relatives aux activités physiques, sportives et artistiques.
- l'accès aux connaissances relatives à l'organisation et à l'entretien de la vie physique.

Plus largement l'EPS participe de façon spécifique à l'éducation à la santé, à la sécurité, à la solidarité, à la responsabilité et à l'autonomie. Elle contribue à l'éducation à la citoyenneté.

Pourtant en Education physique et sportive, le judo (comme tout sport de combat) est défini essentiellement sous l'angle de l'affrontement<sup>35</sup>. Faire du judo, c'est faire quelque chose contre quelqu'un.

Cet affrontement est celui de la compétition officielle, celui de l'entraînement des athlètes de haut-niveau. La caractéristique de cet affrontement est l'incertitude des actions de l'autre.

La pratique du judo nécessite la maîtrise et la compréhension de " temps d'action " de l'ordre de la demi-seconde, l'apprentissage est long, et n'est pas fait que de " temps d'opposition ".

Nous observons que lors des regroupements (quel que soit le niveau), pour les compétiteurs ou les enseignants de judo, sur les tatamis, en complément des combats, les communications de techniques ou d'habiletés particulières se font toujours à des vitesses et des intensités moindres que lors de l'exécution réelle, ceci pour en préciser les subtilités. Les actions décontextualisées sont étudiées, répétées des centaines de fois avec un partenaire en opposition adaptée voire en coopération.

Le rapport de force est toujours présent, mais il est modulé, du plus intense au plus approprié.

La pratique amène donc à concevoir une opposition variée et variable.

L'autre axe de réflexion qui peut être développé, nous venons de le voir, c'est l'histoire de l'activité. Le judo est bien une activité où il faut maîtriser un rapport de force, mais un rapport de force variable de l'opposition (randoris / shiaïs) à la coopération (katas).

Il s'agit d'intégrer avec cohérence ces deux facettes dans un projet de formation. Au premier abord elles semblent si contradictoires que pour évacuer le problème on évacue trop souvent une partie de l'activité.

<sup>32</sup> Certains établissements n'abordent jamais ces problèmes, un seul cycle combat est programmé en 6ème et la pratique se fait au sol.

<sup>33</sup> Quelques collègues nous le font remarquer: "Travailler debout, même après avoir fait du sol, c'est autre chose."

<sup>34</sup> MEN 1996, Programmes d'EPS de la classe de sixième des collèges, BOEN 29, p 1964

<sup>35</sup> Comment intégrer les finalités de l'EPS (notamment la solidarité) dans les pratiques de combat ?

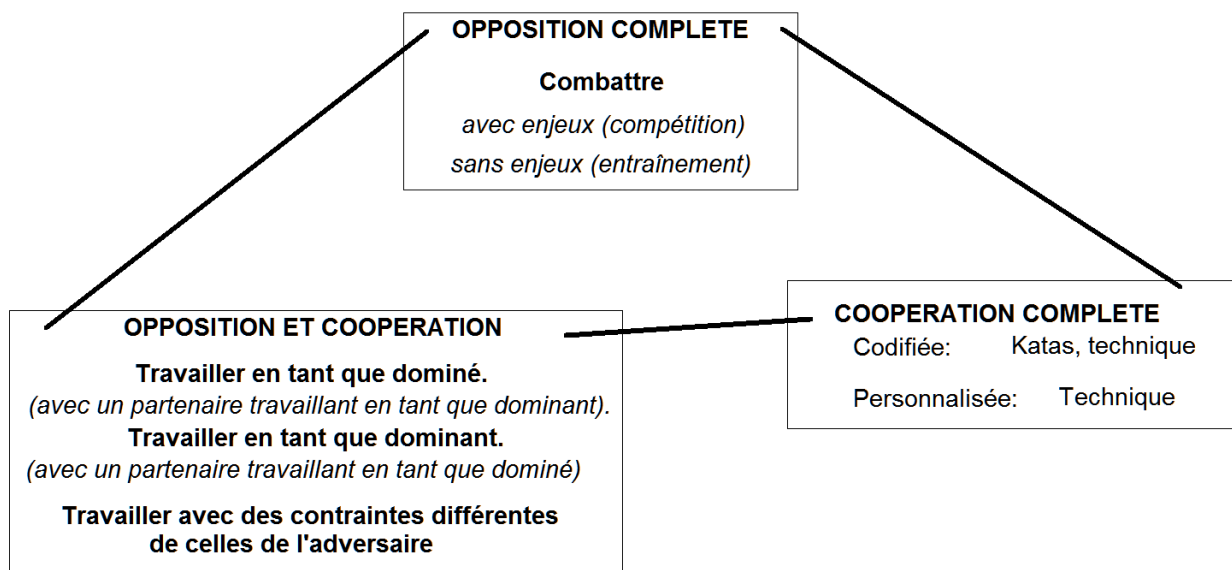
En effet ce qui est caractéristique chez le judoka, c'est qu'il réalise les deux types d'exercices proposés par son inventeur.

L'activité judo contient bien deux types d'actions:

Faire contre l'autre **et** faire avec l'autre.

*Le judo peut être défini<sup>36</sup> comme un face à face de deux personnes, avec ou sans engin(s) où l'enjeu est le corps de l'autre. Il faut le mettre à terre ou le 'tuer' (au sens figuré) en utilisant une gestuelle codifiée, dans un espace codifié, dans un temps donné en étant arbitré et / ou jugé.*

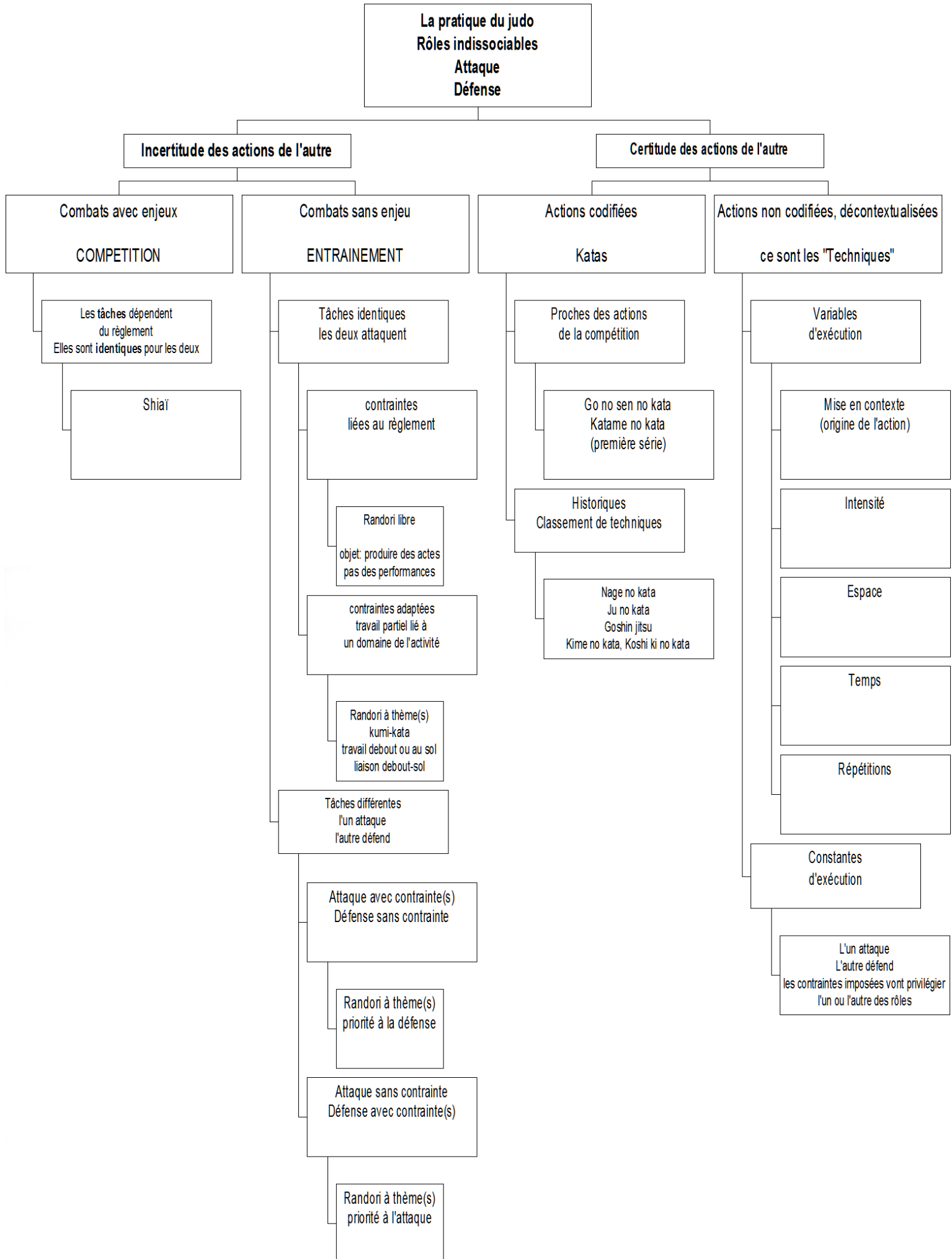
L'activité peut être présentée sous forme de système. Chacun des pôles devenant un axe de travail pour développer des habiletés motrices.



De ce système on peut déduire une arborescence permettant de différencier les différentes tâches en judo:

<sup>36</sup> Cette définition s'applique tant pour les temps d'opposition que pour les temps de coopération.





En EPS, faire varier le rapport de force ne signifie pas revenir à une pédagogie du modèle pour apprendre une "forme" ou un geste précis hors du contexte du combat. Cela signifie qu'il est nécessaire de donner du temps au pratiquant, pour qu'il puisse refaire à son rythme ce qu'il a réussi, subit ou observé. Il pourra alors "redécouvrir"<sup>37</sup> l'activité, structurer efficacement ses apprentissages et leur donner du sens<sup>38</sup>.

Apprendre à combattre c'est développer des habiletés motrices pour :

### **Apprendre à prendre l'équilibre de l'autre<sup>39</sup>.**

Toutefois s'emparer de l'équilibre de l'autre dès les premières séances, c'est comme lui dérober quelque chose; il n'est pas sûr que cette partie adverse comprenne que c'est d'une démarche éducative qu'il s'agit. Dans le contexte de l'école pour "apprendre à traiter l'adversaire, non comme un ennemi"<sup>40</sup>, mais comme un partenaire de jeu, nous pouvons proposer un l'axe de travail suivant :

### **Apprendre à prendre l'équilibre de l'autre en respectant des équilibres.**

Pour rendre opérationnel cet axe de travail, nous demanderons aux élèves de :

### **Prendre<sup>41</sup> l'équilibre, puis le rendre pour comprendre**

Nous devons dissocier la logique interne de l'activité et la progression dans l'activité.

La première permet de repérer les tâches spécifiques.

La deuxième nous oblige à respecter l'intégrité des pratiquants. Avant d'apprendre à vaincre l'autre il faut d'abord apprendre à l'affronter<sup>42</sup>.

Plus que sur le résultat proprement dit, l'issue du combat doit permettre de dégager les axes de travail et de progrès.

En fonction des buts d'apprentissages ou de résultats (Famose, 1990), nous proposons les repères suivants:

- Le randori (combat sans enjeu) privilégie les buts d'apprentissages en opposition.
- Le kata (exercice codifié) privilégie les buts d'apprentissages en coopération.
- Le shiai (combat avec enjeux) privilégie les buts de résultats en opposition.

Nous nous situons sur le plan de l'éducation physique, notre référent n'est pas le judo médiatisé de la compétition, mais un judo dont le cadre conceptuel<sup>43</sup> :

- intègre le système tridimensionnel (esprit, technique, efficacité), les finalités précisées dès la codification de l'activité (entraide et prospérité, utilisation optimum de l'énergie), les moyens pour atteindre ces finalités (randoris et katas).
- différencie les buts de résultats des buts d'apprentissages.

<sup>37</sup> "L'imagination contre la rigueur", J.P. Astolfi, Cahiers pédagogiques, N°349, déc. 1996, p. 47

<sup>38</sup> Il y a bien un double sens:  
celui du moyen d'action dans l'activité  
celui de la connaissance de ce qu'est la pratique de l'activité

<sup>39</sup> "Mais avant d'en arriver là, il faut s'être emparé de l'adversaire et déjà le dominer; cela suppose la possession du secret de son équilibre de façon à pouvoir appliquer la force dans le sens où il tend à se déséquilibrer et jamais en sens inverse." P. de Coubertin, "Pédagogie sportive", Psychopédagogie du sport, 2° ed. 1972

<sup>40</sup> DUMAZEDIER J. 1997, op. cit.

<sup>41</sup> Prendre, rendre et comprendre ont des racines étymologiques communes. La mise en œuvre est détaillée dans la phase motivationnelle.

<sup>42</sup> Le judo n'est pas dans la même famille ou domaine que l'athlétisme ou les sports collectifs, il permet justement de mettre en avant une phase de travail technique avant une phase de performance (R. Dhellemmes, Louis Laurin, Pierre Arnaud 89). D'autre part savoir affronter l'autre explique peut-être aussi le succès de l'activité judo. C'est bien la seule activité de combat où l'on rencontre en grand nombre des licenciés de plus de 35 ans (anciens compétiteurs et non compétiteurs).

<sup>43</sup> Didactique et pédagogie, Develay M. in Eduquer et former, Ruano-Borbalan JC., Sciences Humaines, Auxerre, p. 265-272

Notre démarche part des connaissances établies, le judo est le savoir-savant. Nous adaptons cette activité en tenant compte de ses caractéristiques pour pouvoir l'enseigner.

Cette démarche se différencie de celle des tenants des sports de combat de préhension (SCP). Ceux-ci sont définis comme un champ de pratique spécifique et singulier, (champ exclusivement scolaire puisqu'il n'existe pas de pratique sociale de référence).

Ces précisions, tant sur le cadre conceptuel que sur la démarche, vont nous permettre de caractériser des contenus à enseigner tout en les référant à ce cadre conceptuel. Justifier notre traitement didactique en empruntant à d'autres cadres conceptuels nous semble illogique puisque les savoir-savants sont différents.

En milieu scolaire nous préconisons une pratique et une évaluation, après adaptation des randoris et des katas, matérialisant pour l'apprenant les tâches qu'il a à réaliser (faire et identifier). Pour construire ces habiletés, nous utiliserons les deux<sup>44</sup> types de relation caractéristiques en judo:

L'opposition (opposition modérée, opposition adaptée<sup>45</sup>, opposition codifiée) :

Des règlements seront construits suivant les étapes franchies ou les progrès des élèves.

La coopération (coopération codifiée, coopération adaptée) :

Comprendre les actions de l'autre dans l'opposition.

Comprendre comment agir avec son corps pour prendre l'équilibre de l'autre.

Les tâches proposées<sup>46</sup> permettront:

Une remise en cause des processus habituels d'équilibration

Une remise en cause de la manipulation

Une remise en cause de l'espace d'évolution

Une continuité des échanges des interactions

Une confrontation à l'incertitude des actions de l'autre, amenant à réguler ses propres comportements

A court terme de valoriser la mise à terre et la projection

Des règles d'or seront présentes pendant le travail:

Ne pas faire mal

Savoir combattre c'est aussi savoir interrompre le combat (pour raisons de sécurité par ex.)

L'enjeu du combat ne vaut jamais l'intégrité de l'autre (intégrité physique et affective)

Le partenaire est choisi librement<sup>47</sup>

Le plus fort à l'entraînement doit se mettre au niveau de son partenaire

Le cérémonial sera adopté sous une forme minimale, combattants concentrés et face à face au début et à la fin des exercices ou combats. A la fin du premier ou deuxième cycle, un salut plus complet, compris et respecté par les apprenants sera être mis en place.

La prise en compte des deux types de relation en judo va permettre de lier finalités et objectifs. Si les finalités sécurité, santé et responsabilité apparaissent clairement, par le travail en coopération et les échanges qu'il suscite, c'est la solidarité<sup>48</sup> (" l'entraide et prospérité " du judo) qui devient accessible.

<sup>44</sup> Précisons bien, pas l'un ou l'autre mais bien les deux.

<sup>45</sup> Cf. Duos-Duels, M. Calmet, C. Patinet, EPS N° 239, jan.-fév. 1993, p. 65

*opposition réaménagée en opposition*, d'une situation globale (Judo ou Lutte), on propose une situation réduite telle que le Sumo ou la Lutte Sénégalaise. On retire du cadre du combat de Judo ou de Lutte le travail au sol.

*opposition réaménagée en coopération*, on aménage une situation de combat dans laquelle les protagonistes ont des tâches différentes:

- Dans un combat à thèmes, l'un peut attaquer librement, l'autre n'a pas le droit de contrer, mais peut attaquer en surpassant les attaques, là encore l'exercice se déroule en deux temps pour pratiquer les deux rôles.

<sup>46</sup> Didactique judo en milieu scolaire, op. cit., p. 7

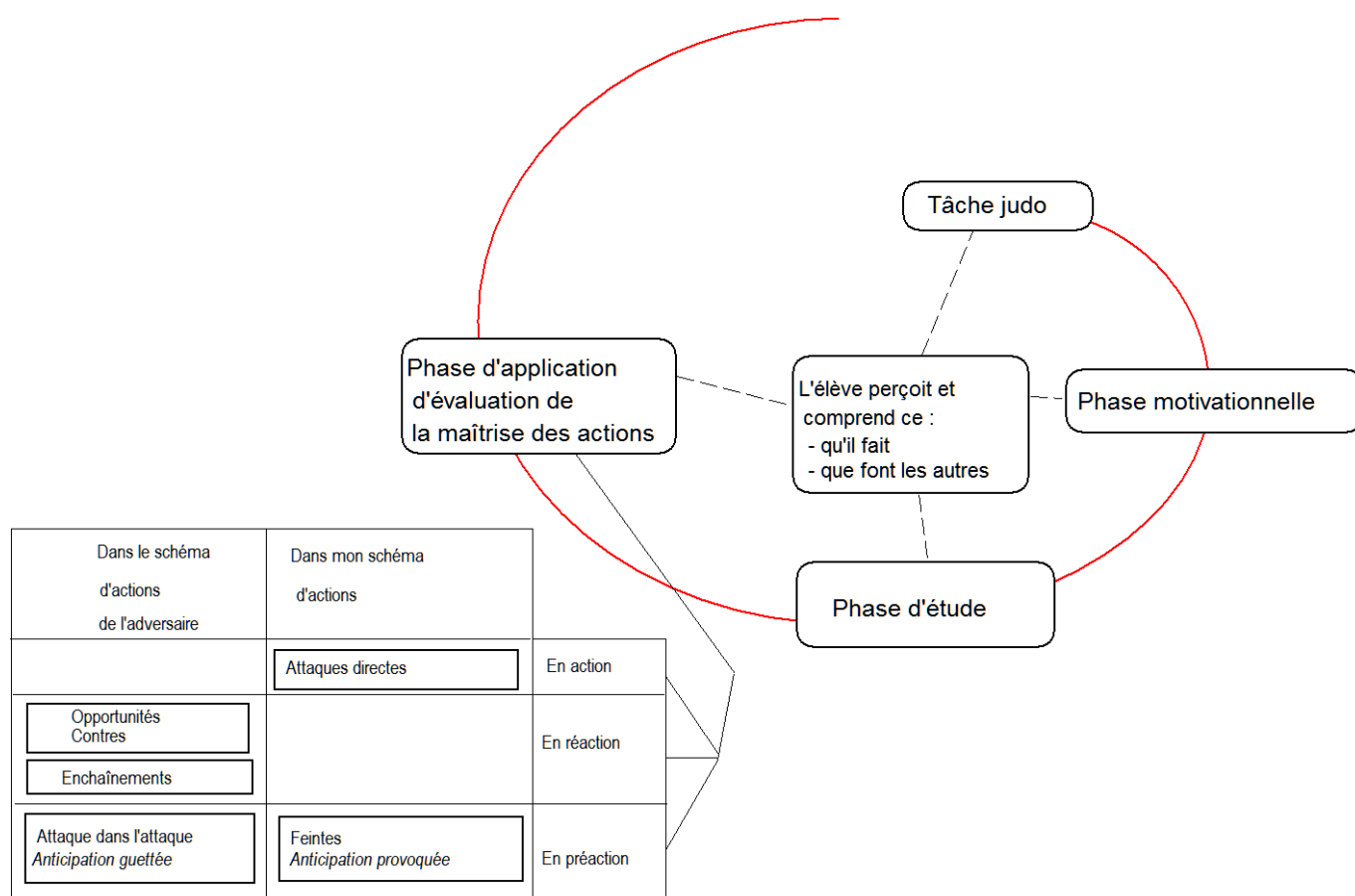
<sup>47</sup> Robert AXELROD "Ce qui rend possible l'apparition de la coopération, c'est le fait que les joueurs peuvent être amenés à se rencontrer à nouveau." cité par LECOMTE J. Conflit et coopération, la théorie des jeux, 1998, Sciences Humaines 82, p. 42 - 44

<sup>48</sup> "La notion d'équipier est centrale", Bonnefoy G., Lahuppe H., Né R., Sports collectifs, jouer en équipe, p. 10, Les cahiers Actio, 1997

## QUEL CADRE THEORIQUE DE TRAVAIL POUR PERMETTRE CES PROGRES ?

Nous pouvons déterminer trois phases<sup>49</sup> distinctes dans le travail des élèves :

Phase 1 Une phase d'entrée dans l'activité essentiellement motivationnelle	Ces phases contribuent à mettre en système une activité qui: <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ a du sens</li> <li>◇ élucide une solution technique maîtrisée</li> <li>◇ explicite un contexte où les variables de l'activité sont explorées</li> </ul>
Phase 2 Une phase d'étude: recherche de solutions tâtonnements "expérientiels" résolution de tâches, de problèmes	
Phase 3 Une phase d'application et d'évaluation de la maîtrise des actions:	



Ces phases vont composer la séance et le cycle et se retrouver tout au long de la formation. Elles seront adaptées suivant les différents âges, mais pour chacun des niveaux<sup>50</sup> de formation, nous retrouverons ces trois types de phase:

Dans une situation:

Déroulement dans le temps	Exemple d'exercice
Consignes globales, but attrayant	Jeux d'équipes sur poussée, puis un contre un
Introduction de contraintes sur l'espace, le temps, la victoire, l'action	Poussée un contre un, avec territoire, durée 1' ou deux avantages marqués stoppent le combat
Introduction de contraintes sur les rôles	Un pousse, l'autre peut agir pour projeter

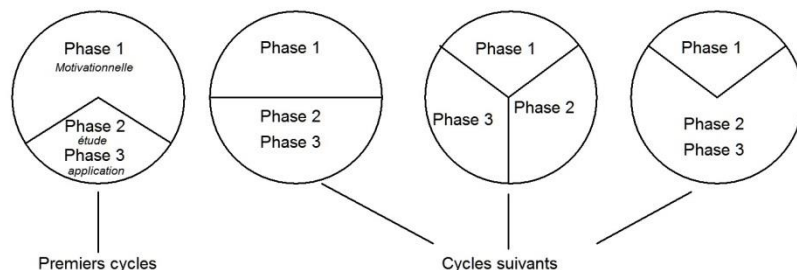
<sup>49</sup> Cf. Pour une pédagogie de l'éveil, Francine BEST, A. Collin, 1973, 4<sup>e</sup> ed., p. 127  
 Une modélisation du procès pédagogique, Gilles BUI-XUAN, in Enseigner l'Education Physique, AFRAPS, 1994, p. 77-90  
 La technique ou l'ordre du combat, Michel BROUSSE, in Dossier EP.S N°19, 1994, p. 80-89

<sup>50</sup> Un tableau de niveau est détaillé dans le plan de formation.

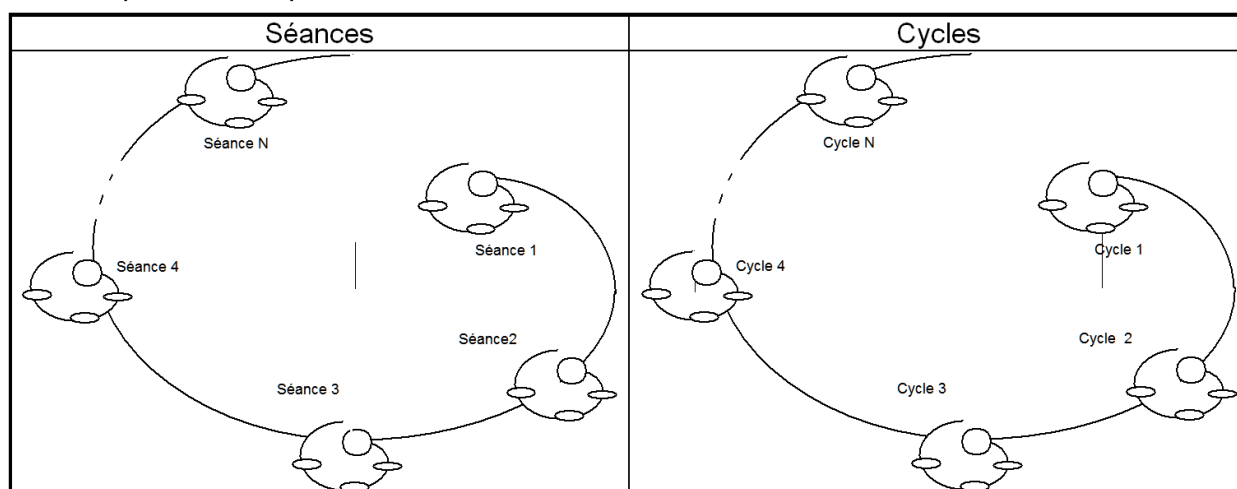
Dans une séance:

Déroulement dans le temps
Jeux d'entrée dans l'activité, jeux de chutes
Situations de travail à thèmes particuliers
Stabilisation des apprentissages

Dans un cycle:



La formation pourrait être présentée ainsi:



Concrètement, pour des débutants nous pouvons proposer pour le premier cycle:

Comprendre et pratiquer les spécificités du combat:

- l'enjeu c'est le corps de l'autre
- le moyen pour agir c'est son propre corps
- feinter des actions pour jouer avec l'équilibre
  - physique: le sien, le mien
  - social: la relation qu'impose le combat
- agir pour éviter de subir
- dépense énergétique importante

Nos élèves vont faire quelques cycles de formation, 7 dans le meilleur des cas, soit 70 heures de pratique environ. Ce que nous voulons faire remarquer par ces schémas, c'est que dès le premier cycle, il faudra faire formaliser à l'apprenant en quoi il a transformé ses conduites :

Que sait-il faire maintenant, à la fin du cours, qu'il ne savait pas faire au début du cours.

## 1) PHASE MOTIVATIONNELLE

Il faut créer un environnement favorable tenant compte de caractéristiques individuelles et sociales. La situation pédagogique proposée devra permettre que les relations dans le groupe restent mesurées et stables, tout en motivant et rassurant chaque pratiquant. L'apprenant doit éprouver du plaisir à pratiquer l'activité.

Ainsi, la mise en activité de tous les participants dès le début, permettra d'éviter que des jugements de valeur soient portés par ceux qui observent ou ne pratiquent pas.

L'affinité reste, à ce niveau de pratique, un facteur d'équilibre plus important que les capacités physiques (force, vitesse, résistance) ou les caractéristiques morphologiques (taille, poids).

Les couples de combattants seront formés librement et par accord tacite réciproque.

La pratique d'une activité debout va conforter le jeune apprenant dans son désir d'être adulte tant sur le plan physique que psychologique (je suis 'grand' en étant debout, je suis 'petit' en étant à 4 pattes)

La pratique de jeux d'affrontement debout nécessitant des distances de combat différentes, sera l'axe 'motivation'.

Par exemple:

Se déplacer à 2 dans une position où l'équilibre n'est possible que par la présence de l'autre

Aller à terre à deux dans des situations variées (la chute est un jeu inhabituel)

Jeux à 2 dans l'espace proche:

Touche dos-genoux (deux cibles pour préserver la possibilité de feinter)

pique-épingles (trois épingles placées sur le tee-shirt de l'adversaire deux seulement sont à prendre, toujours pour préserver les feintes)

Jeux à 2 dans l'espace intime:

Lutte au ballon (prendre le ballon ou amener l'autre dans son camp)

La pratique de lutttes debout sans projection, va confronter l'élève à une réelle opposition corps à corps. Ceci va lui permettre de se tonifier, de s'opposer, se rééquilibrer, de différencier le travail du haut du corps (saisir et maintenir l'autre) et le travail du bas du corps (appuis, déplacements). Par exemple:

Les lutttes:

- Anglaise, toucher le dos de l'adversaire avec sa poitrine, sans projeter ou accrocher les jambes de l'adversaire

- Turque: soulever l'adversaire du sol

Deux niveaux peuvent être envisagés:

- a) décoller les appuis de l'adversaire

- b) soulever l'autre et faire un pas

Pendant cet apprentissage des lutttes sans projection, on apprendra à chuter. Le travail des chutes à deux sera l'occasion de mettre l'accent sur la coopération, pendant cette phase. Les chutes ne seront plus exclusivement basées sur le modèle de l'expert, mais adaptées et variées :

- savoir rouler sur le dos, sur le côté (seul ou à deux)
- savoir retenir l'autre quand il va au sol en arrière, sur le côté...
- savoir tourner sur les mains (roue)
- savoir se recevoir sur les mains (réception poisson, chutes volley...)
- savoir rouler au sol en arrière sans poser les mains, tenir sa tête quand le dos arrive au sol
- tourner en avant, en arrière par rapport à l'autre
  - en le tenant sans le tenir (roulades ou roues au-dessus de lui)
- claquer une chute seul
- claquer la chute en étant projeté

Cette phase de pratique de lutttes sans projection va permettre à l'élève:

- de se construire une relation d'équilibre (physique et social) à 2
- de manipuler une charge lourde et déformable (le corps adverse)
- d'acquérir une tonicité musculaire permettant l'affrontement
- de différencier : le travail du haut du corps (saisies, équilibre)
  - du travail des jambes (appuis, équilibre)
- d'établir que le corps est à la fois moyen d'action et moyen d'information
- de gérer l'incertitude des actions de l'autre
- d'apprendre à interrompre son combat pour des raisons de sécurité.
- de se former à l'autoarbitrage

## 2) PHASE D'ETUDE

Il s'agit d'alterner des phases d'opposition et des phases de coopération, c'est à dire d'alterner des phases de confrontations et des phases d'échanges, de pratiquer, de mettre en évidence les réussites et les solutions (d'attaque et défense), de structurer ces solutions.

Concernant la pratique, apprendre à combattre, c'est atteindre un double objectif:

- apprendre à se confronter à l'autre
- montrer aux autres ce que l'on a réussi.

L'enjeu est à la fois spécifique (le combat) et relationnel (montrer les réussites).

Les contraintes seront de rester debout après chaque projection et d'interrompre l'opposition après chaque projection<sup>51</sup>. Chaque combattant devra refaire en coopération la projection tout en conservant le contexte du combat: (que faisait l'autre au début de l'action). Cela permet :

- sur le plan cognitif : d'exploiter la mémoire de travail, souvent chez les débutants, l'action réalisée est " oubliée " en quelques secondes.
- sur le plan social : d'harmoniser le groupe. Dans ce cadre de travail, tout le monde chute et s'il y a chute c'est le couple qui est valorisé devant les autres.

Le règlement est utilisé comme variable pédagogique. Le judo propose un échantillon intéressant (règlement des poussins, des benjamins, des minimes) mais il est possible d'utiliser les règlements de lutttes traditionnelles de différents pays:

- lutte Sénégalaise, Bretonne, Sambo (debout)<sup>52</sup>
- lutte avec territoire et projections type sumo
- lutte Gréco-romaine (pas d'actions avec les jambes ou sur les jambes)

Il est possible de combiner ces règlements à des fins éducatives par exemple:

- la lutte "Sumo-Bretonne-Gréco-romaine" permettra de combattre:

Avec des projections, (mais il faudra rester debout et contrôler l'adversaire pour que la projection soit valable)

Sans saisies des jambes de l'adversaire avec les mains

Les actions (accrochages) jambes sur jambes sont autorisées

L'organisation du travail peut se faire en respectant les étapes suivantes:

- tout le monde combat, durée<sup>53</sup> du combat 2' à 3' (n'oublions pas les temps de coopération), 10' à 20' de travail
- regroupement (toujours basé sur l'affinité) par trois ou quatre combattants, deux combattent, un ou deux arbitre(nt). Les temps de travail seront longs de 10' à 20' (les pratiquants changent de rôle quand ils le souhaitent), pour engager les élèves à construire des actions réfléchies, adaptées à un contexte perçu pendant longtemps tant comme adversaire que comme arbitre :
- " que faisait-il quand je combattais avec lui, que fait-il maintenant que je l'arbitre ? "

Classer tous les moyens trouvés pour projeter

- par rapport à la direction de chute de l'adversaire
- par rapport à la partie du corps utilisée pour projeter
- par rapport aux nombres d'appuis de celui qui projette

Construire le principe (adapté aux débutants) de projection:

Il y a projection, quand un des pratiquants fait tomber l'autre en interposant une partie de son corps entre le corps adverse et l'endroit où s'effectue la chute.

Elaborer plusieurs moyens de projection (techniques) lors de travail en coopération: dans un parcours de projection, suivant le contexte [action de l'adversaire ou action sur l'adversaire (poussée, tirée, rotation), direction de déplacement (en avant, en arrière, sur un côté)] être capable de projeter de manières différentes (Cf. classification des techniques p. 66 et p. 67).

Apprendre à arbitrer en travaillant par groupe de trois ou quatre: deux combattent, un ou deux arbitre(nt). Il(s) veille(nt) à la sécurité (saisies ou positions dangereuses), arrête(nt) le combat quand il y a avantage, explique(nt) l'action aux deux adversaires, annonce(nt) l'avantage, sont garants que la prise refaite en coopération est bien identique à celle réalisée en combat, désigne(nt) le vainqueur à la fin du combat.

<sup>51</sup> Il s'agit de garantir la sécurité des combattants pendant la phase d'initiation. La poursuite du combat au sol viendra après que les élèves sachent retenir celui qui chute et chuter. Voir les axes de travail pour poursuivre l'action au sol et debout.

<sup>52</sup> En Sambo ou lutte Bretonne, la projection de grande amplitude (si celui qui la réalise reste debout) arrête le combat.

Pour la lutte Sénégalaise la projection n'est valable que si celui qui projette reste au-dessus de l'adversaire. En EPS, nous modifierons le au-dessus en debout pour cette lutte.

Pour toutes les lutttes la projection devra être effectuée en contrôlant son adversaire.

<sup>53</sup> Pour notre population scolaire, le temps des combats d'entraînement doit être plus long que le temps des combats de compétition.

Sur le terrain 3' à l'entraînement permet une étude des comportements de l'autre et donc des échanges lors de ces combats sans enjeu de victoire. De plus un travail 'long' va amener le pratiquant à réguler son investissement s'il veut gérer ses 10' à 20' de combat.

### 3) PHASE D'APPLICATION, D'EVALUATION DE LA MAITRISE DES ACTIONS

Etre capable de s'opposer à un adversaire, dans des combats limités par le temps et / ou les avantages marqués, et d'interrompre ce combat pour des raisons de sécurité.

Etre capable de montrer ce que l'on a compris avec un partenaire devant les autres.

La phase bilan comprendra les deux domaines pratiqués opposition et coopération:

Pour l'opposition :

Il s'agit d'organiser une évaluation pour des élèves n'ayant que peu de pratique et nous savons que le modèle fédéral judo a comme référence une centaine d'heures de pratique pour engager un combattant en compétition. La compétition traditionnelle<sup>54</sup> (poule, tableau, tapis "montant-descendant") résout en partie les problèmes d'organisation mais elle met plus en évidence le résultat que les tâches accomplies. L'objet de la formation étant **d'apprendre à prendre l'équilibre de l'autre en respectant des équilibres** on proposera plutôt un " temps de compétition ". Sur le tapis<sup>55</sup>, plusieurs ateliers permettront aux élèves de s'affronter devant un arbitre.

Le règlement de combat sera adapté au niveau des pratiquants. Synthèse des règlements étudiés pendant la formation, il respectera la spécificité du judo (saisies, projection, contrôles). Il comprendra des modalités hiérarchisées et différentes pour marquer des avantages.

La modalité la plus complexe rapportera le plus de points.

La durée<sup>56</sup> du combat sera limitée en temps, en avantages ou points.

La fiche de résultat sera individuelle<sup>57</sup> et mettra en évidence les tâches et actions accomplies par l'élève.

Son but est d'orienter l'activité de l'élève plus vers des tâches à accomplir que vers le résultat à obtenir.

La fiche devra tenir compte aussi de la gestion du " temps de compétition " par les élèves.

#### 1er. exemple :

Aire de combat: sur le tapis plusieurs rectangles de 3m sur 4m, espacés de 1m.

Un ou deux arbitres.

Choix libre des adversaires, mais interdiction de les affronter deux fois.

Avantages: sorties de l'aire de combat, déséquilibres<sup>58</sup>, projections

Points marqués: sortie = 1 point, déséquilibre = 3 points, projection = 10 points

Contrainte au niveau des saisies: pas de saisie des jambes avec les mains.

Contrainte au niveau de l'équilibre: celui qui projette doit rester debout

Durée du combat 1' ou deux avantages marqués par le même combattant.

Les combattants marquent les points de leur(s) avantage(s).

Vocabulaire: début du combat = hajimé, stop = matté, fin du combat = soré-madé

Gestion de la compétition: 1 combat arbitré pour 3 combats effectués au minimum sinon 3 points de pénalité par unité de différence.

La note est déterminée par le rapport : 
$$= \frac{\text{nombre de points marqués}}{|\text{nombre d'arbitrages} - \text{nombre de combats}|}$$

Ce règlement permet une prise de risque ou un droit à l'erreur, le premier avantage marqué ou concédé n'arrêtant pas le combat. L'objectif est de tenter la tâche la plus complexe.

<sup>54</sup> Comment interpréter de manière globale les résultats issus de combats en tableaux ou poules ?

Dans un tableau de 16 combattants, avec double repêchage, 7 combattants gagnent plus de la moitié de leurs combats, 4 combattants ne feront qu'un combat. Dans une poule de 4 combattants, 2 combattants gagnent plus de la moitié de leurs combats, tous les combattants feront 3 combats. Dans ces deux exemples, tout juste 50% des combattants gagnent plus de la moitié de leurs combats. En EPS, pour des débutants, de telles compétitions sont organisées, et ce dès les premiers cycles. Cela ne risque-t-il pas de favoriser (Famose JP. 1990) "l'impuissance apprise, l'évitement de la difficulté, une faible persévérance pour au moins une moitié de la classe ? Cela ne risque-t-il pas, quand il n'y a que peu de cycles de donner une représentation partielle de l'activité à l'élève ?

<sup>55</sup> Les dimensions des tapis sont spécifiées dans les exigences matérielles.

<sup>56</sup> En plus des remarques (page précédente) sur la durée, les temps de combat pour obtenir la ceinture noire sont courts (il faut avoir 16 ans et 3 années de club au minimum pour pouvoir passer cette épreuve). D'une durée 2' en poules (mais avec 5 combats au maximum) le temps vient de passer (en 1996) à 3' en tableau avec repêchage (mais après deux défaites l'épreuve est terminée).

Par ailleurs dans les combats lors de la 3<sup>e</sup> minute nous avons constaté une dépense énergétique importante (AHMAIDI S, CALMET M et coll. Comparaison de la dépense énergétique aérobie et de la sollicitation cardiorespiratoire lors de deux situations de combat en judo et kendo-scolaire, STAPS 44, décembre 1997). Organiser des combats de compétition, d'une durée supérieure à 2', pour nos élèves nous semble disproportionné.

<sup>57</sup> Rappelons que l'élève aura dans le meilleur des cas, en terminale, 70 h de pratique. C'est à dire 6 mois de club. Notre objectif est d'évaluer ses habiletés, pas de l'évaluer par rapport à des modalités de compétiteur qui ont 300 ou 400 heures ou plus de pratique.

<sup>58</sup> C'est une prise d'appui autre que les pieds pour l'un des combattants. L'autre a fait une action, mais il n'y a pas application du principe de projection (Cf. page précédente)



### 2ème exemple :

Aire de combat: sur le tapis plusieurs cercles de 3m de diamètre espacés d'1 m. Un ou deux arbitres.

Choix libre des adversaires, mais interdiction de les affronter deux fois.

Avantages: sorties de l'aire de combat, déséquilibres

Points marqués: sortie = 2 points, déséquilibre = 5 points

Contraintes au niveau des saisies: pas de saisie des jambes avec les mains.

Contraintes au niveau des actions: pas d'accrochage jambe sur jambe, pas de projection

Durée du combat 1'30".

Les combattants marquent les points de leur(s) avantage(s).

Vocabulaire: début du combat = commencez, arrêt du combat = stop

La note est déterminée par le rapport nombre de points | marqués / nombre de combats |

Ce règlement permet un bon engagement dans le combat avec peu de risque, les projections étant interdites. Dans ce mini-sumo, là encore l'objectif est de tenter la tâche la plus complexe.

Pour la coopération :

L'aboutissement du travail sur le parcours de projection<sup>59</sup> est de réaliser avec un partenaire une prestation technique libre (sur les seuls tatamis) tenant compte :

- des différentes projections trouvées ou retrouvées pendant les combats et le parcours de projection.
- du nombre, de la variété et de l'amplitude ces projections.
- du respect des règles de sécurité (ne pas lâcher l'autre lors de la projection).
- de l'alternance des rôles, de la vitesse d'exécution.
- des différents contextes vus et compris par les pratiquants.

Les modalités de cette épreuve en coopération sont décrites dans l'évaluation.

---

<sup>59</sup> CF. Dans le plan de formation que nous proposons, le "parcours de projection" p. 35

## EXIGENCES MATERIELLES

### Quelles conditions matérielles

Les normes fédérales<sup>60</sup> sont 4 m<sup>2</sup> par couple, 25 m<sup>2</sup> minimum de surface, les éléments en bon état, seront solidarisés ou posséderont des antidérapants. La surface devra être matérialisée à un mètre de son bord, pour prévenir de la fin de l'aire de pratique.

Nous rajoutons une norme pédagogique:

La surface permettra la pratique de tous en même temps.

La tenue d'EPS reste largement suffisante, mais les pratiquants seront pieds nus pour la pratique du judo.

Le kimono nous semble bien moins important que la qualité de la surface. En effet, les élèves ne pratiquent que quelques cycles et ce n'est pas en 30 heures environ (et sur plusieurs années) que l'on apprend<sup>61</sup> à se servir du kimono.

Le débutant a bien d'autres problèmes:

Debout son action se caractérise par un appui sur les bras (biceps) de l'autre pour le mettre et se mettre à distance. Les premières projections se font en contrôlant le coude et le dos (par-dessus et par dessous l'épaule) de l'opposant.

Au sol c'est surtout pour garder une frontière entre les combattants, et là, la tenue habituelle remplit bien son office.

Si l'établissement possède des kimonos, ils devraient être lavés après chaque usage.

Consacrer beaucoup d'énergie sur cette surface nous semble primordial. En effet nous avons constaté:

- Que beaucoup d'enseignants faisaient pratiquer l'activité en demi-groupe par manque de surface. Un groupe travaille, l'autre observe / récupère pour que la séance se déroule. L'expérience acquise en zone sensible nous fait dire que la présence d'un public semble préjudiciable les premiers cours. Quelques-uns de nos élèves 'sensibles' ayant beaucoup de mal à gérer les remarques des spectateurs attentifs aux moindres fautes de certains.
- Quand tout le monde combat, pas de spectateur (pas de public<sup>62</sup>), peu d'élèves peuvent donc s'apercevoir qu'untel domine tel autre.
- Que l'activité n'était pratiquée qu'au sol, car les tapis s'écartaient<sup>63</sup>, ou étaient en mauvais état.

Matériel d'appoint:

Des tapis de réception de gymnastique seront les bienvenus, ils permettront quelques exercices de chutes, d'acrobatie, de projections, mais nous ne les utiliserons pas pour combattre dessus. Sans les utiliser de manière systématique, il faut savoir que les athlètes de haut-niveau les utilisent à l'entraînement, et que pour les élèves ils apportent une motivation supplémentaire.

De la craie blanche, de la ficelle (pour tracer les cercles de combat), des épingles à linge, des bouts de ceintures ou des foulards, des medicine-balls, des dossards, un chrono compte à rebours.

<sup>60</sup> En cas d'accident, elles seront utilisées si l'Education Nationale n'en a pas. L'article "Pratique sportive et accidents d'élèves" de BOURLAUD Gérard revue EP.S N° 265 (1997) est édificateur sur les conditions de sécurité.

Arrêté du 10/05/84 : Surface minimum 25 m<sup>2</sup> sans obstacle tel que pilier, colonne... et largeur minimum de 3,50 m. Au-dessus de 6 couples pratiquants, cette surface sera augmentée de 4m<sup>2</sup> par couple. Protection de la salle par le capitonnage des obstacles de toute nature (angles, piliers, radiateurs...) situés à une distance inférieure à 1m et ce sur une hauteur de 1,50m en partant du sol.

<sup>61</sup> Rappelons 7 cycles de 10 heures représentent environ 6 mois de pratique en club.

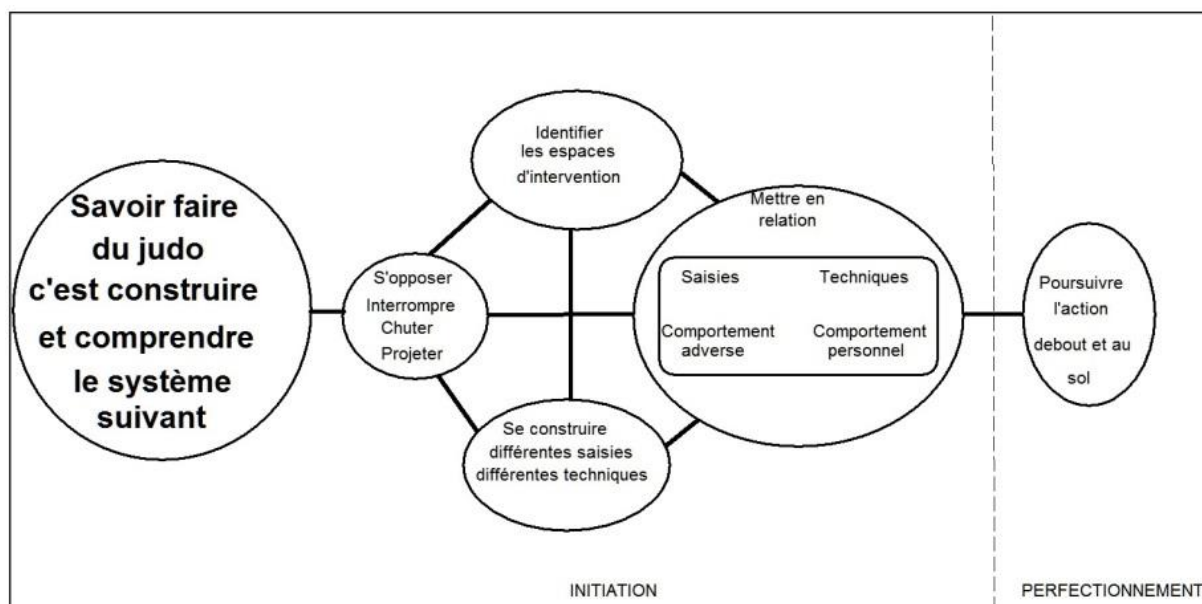
<sup>62</sup> CF. L'expérience du regard, JP. Sartre ("L'être et le néant"), in Psychologie sociale, PUF N°458, 1981, p42-43

<sup>63</sup> Nous proposons dans de telles conditions de ne plus choisir l'activité judo comme support à l'EPS, mais de nous orienter vers le kendo scolaire (CF. Les trois coups du kendo, M. CALMET, L. BOURELLY, G. ONTANON, EP.S. N°249, 1994) qui permettra de mener à bien un projet de formation avec un travail d'escrime au lieu d'un travail de préhension / projection.

## PLAN DE FORMATION

Le judo peut être défini par plusieurs points en interaction les uns avec les autres.

Le schéma ci-dessous présente une mise en système de ces différents points que nous abordons en cours.



De ce schéma nous formulons le plan de formation<sup>64</sup> suivant:

**Savoir entrer** dans l'activité de façons différentes mais spécifiques au combat.

**Savoir chuter** de façons diverses.

**Savoir combattre debout** de façons diverses.

**Savoir s'opposer** dans le combat ou l'interrompre.

**Identifier les espaces** d'interventions, de projections.

**Se construire**

Différentes saisies, différentes techniques de projection.

Une classification de ces techniques.

Des actions de défenses.

Une saisie permettant d'attaquer et de défendre.

**Savoir projeter** de façons diverses et dans des contextes différents, un partenaire.

**Mettre en relation** son propre comportement et le comportement direct de l'adversaire.

**Gérer un combat.**

Il s'agit ici de l'organisation matérielle, rotation des rôles, arbitrage, fiches, etc.

<sup>64</sup> Cf. F. Rubio, Lutte Olympique - Contenu de formation en milieu scolaire, EP.S N° 230, 1991, p. 63-67  
N° 231, 1991, p. 28-31

## LES NIVEAUX DE COMPORTEMENTS REPERES EN CLUB :

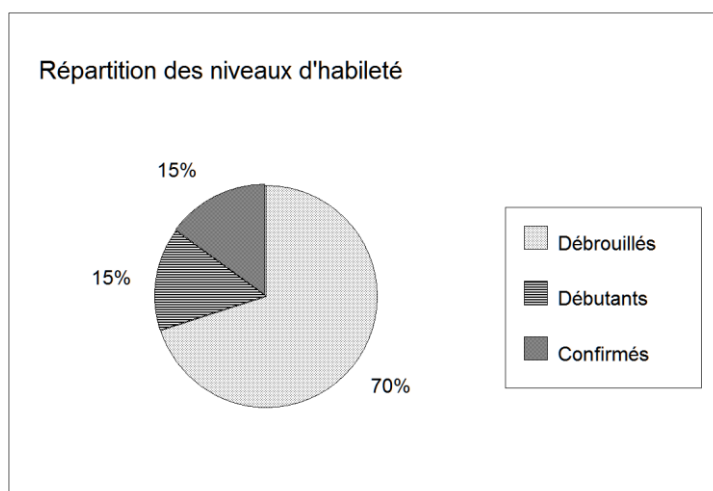
Niveaux	Débutant	Débrouillé	Confirmé
<b>Motricité - action</b>			
<b>Approche</b>	Indifférenciée, marche	Prudente, temporisée	Différenciée, finalisée par la saisie
<b>Saisie</b>	Ignore. Fonction de protection	Lutte, cherche à mettre en danger	S'impose, double fonction (attaque et défense)
<b>Déplacement</b>	Se laisse entraîner, déplacer	Résiste par opposition (symétrie)	Conduit, guide, dirige
<b>Activité debout</b>	S'oppose, amène au sol	Perçoit, fait tomber	Provoque, fait chuter, projette
<b>Liaison debout-sol</b>	Va au sol	Tombe et suit	Crée
<b>Activité au sol</b>	Brouillonne	Contrôle	Construit
<b>Prise d'information</b>	Main et œil	Avant-bras, bras buste	Proprioception utilisée pour l'information et la corpulation
<b>Equilibre</b>	Les jambes tendues. Recours à l'autre	Jambes fléchies, buste vertical	Dynamique, anticipation posturale
<b>Espace de travail</b>	A distance bras tendus. Face à Face. Deux cylindres juxtaposés	Espace proche, deux cylindres en contacts sur une ligne (de face, de côté)	Espace intime. Deux cylindres interpénétrés et déformés
<b>"Corpulation"</b>	Mains	Utilisation du corps comme obstacle	Les membres supérieurs étreignent. Utilisation des jambes au sol
<b>Ecoute</b>	Sourd	Entend la voix du professeur	Sélectionne une voix parmi d'autres. Fait la synthèse de plusieurs
<b>Chute</b>	Garde 2 appuis pédestres au sol. Cherche à poser la main au sol	Accepte de chuter en ayant les appuis supprimés. Claque sa chute et tient sa tête	Est capable de se retourner pendant la projection, de prendre des appuis sur l'autre pendant la projection.

Pour les apprenants qui commencent le judo vers 12 ans, chacun des niveaux représente en moyenne un à deux ans de travail en club.

N'oublions pas le volume horaire de pratique qu'il nous est possible d'utiliser (70 heures au mieux), sauf cas particulier (classes sections sportives, sport promotionnelles, options EPS, centre d'entraînement, étudiants en STAPS...).

Après 3 mois en club, soit environ 36 heures de pratique, les pratiquants de club bien que toujours débutants progressent toujours dans le contexte du club. Sur 4 cycles en milieu scolaire, soit environ 40 heures de pratique, nos élèves bien que toujours débutants progressent eux aussi, mais dans le contexte scolaire.

Après 7 cycles, nous pourrions nous fixer la répartition des niveaux suivants en EPS:



Détaillons pour les points de notre plan de formation trois niveaux d'habiletés :

Débutants.	Informés.	Débrouillés
------------	-----------	-------------

**Savoir entrer** dans l'activité de façons différentes mais spécifiques au combat par des jeux d'opposition, individuels, collectifs mettant en jeu:

Les espaces<sup>65</sup> de combat (loin, proche, intime).

L'intensité (forte, faible).




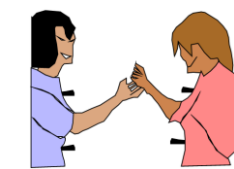
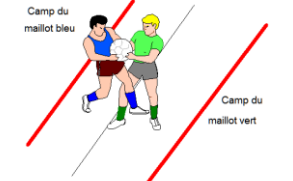

L'incertitude des actions de l'autre.

Réaliser des tâches nécessitant des compromis, ou des feintes, pour les deux judokas.

- on arrêtera les pique foulard ou épingles quand il ne restera plus qu'un objet à prendre.
- on proposera un touche dos-genoux plutôt qu'un touche genoux
- garder le ballon et rester dans le territoire, dans le cadre d'une lutte au ballon à thème

Quelques exercices types, non exhaustifs:

Espace	1 contre 1	Par équipe
<b>ELOIGNE</b>	Kendo scolaire. Tir à la corde à 2.	Tir à la corde par équipe.
<b>PROCHE</b>	Pique épingles. Touche dos genoux. Pique foulard. Uké debout tire Tori à genoux (Tori peut faire tomber Uké).	Le chasseur à genoux et les lapins La sorcière L'épervier, les déménageurs Ronde (tout le monde se tient), on doit faire chuter (ou amener dans un endroit précis).
<b>INTIME</b>	Mêlée de rugby à 2. Jeux de poussée dos à dos, face à face. Lutte au ballon.	Mêlée de rugby en équipe. Poussée en équipe. Tirée en équipe.

EXERCICES		REMARQUES
 Poussée face à face	 Tir à la corde	<u>Opposition</u> : Situation à une solution <sup>66</sup> , amener l'autre dans son camp.  <u>Coopération</u> : Se déplacer de part et d'autre de la ligne en tirant ou poussant.
 Kendo scolaire	 Pique épingles	
 Lutte au ballon	 Touche dos-genoux	<u>Opposition aménagée</u> : L'un peut toucher toutes les cibles, l'autre ne peut toucher qu'un côté (haut et bas). L'un peut prendre directement, l'autre doit respecter un ordre de couleur (bleu, puis rouge...)

Auto-évaluation

Je connais mal quelques jeux.	Je connais un peu quelques jeux.	Je connais bien les règles de quelques jeux.	Je sais comment faire évoluer le règlement des jeux.

<sup>65</sup> La dimension cachée, E.T. HALL, Seuil, 1971, p. 158

<sup>66</sup> De la technique à la didactique, Paul GOIRAND, D.I.R.E. N° 23, 1987, p. 16

### Savoir chuter de façons diverses:

*C'est encore un point essentiellement technico-centré, le traditionnel modèle proposé est la chute codifiée de l'expert. S'il s'agit de jouer avec l'équilibre, alors la chute doit être présentée aussi en situation de jeu et non comme la seule garantie d'être intègre après avoir été projeté.*









*Chuter fait partie du jeu équilibre - déséquilibre.*

*Il faut donc apprendre aux débutants à chuter à leurs niveaux (en situation dédramatisée) :*





*À deux, seul, à partir de déséquilibres variés, en se tenant en se lâchant. De plus pour que le projeteur ne heurte pas celui qu'il vient de faire chuter, il faut lui apprendre à tourner, sauter, rouler autour d'un partenaire au sol.*

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
Savoir chuter	Opposition	Garde deux appuis pédestres au sol. Se retient à l'autre. La chute interrompt l'opposition.	Accepte de perdre un ou deux appuis pendant la chute. Celle-ci est claquée.	Il y a des tentatives et / ou quelques réussites de reprises d'attaques pendant la chute.
	Coopération	Va au sol sans appréhension seul ou à deux. Fait des chutes roulées, mais pas bloquées. La frappe des bras précède ou suit l'arrivée du dos au sol.	Va au sol de différentes façons. Tient sa tête dans les chutes. La frappe est synchrone.	Se lance pendant la chute. Peut faire autre chose en l'air.





Les roulades en avant:

		<p>Par-dessus partenaire à 4 pattes groupé. On peut complexifier : en mettant plusieurs partenaires. en mettant le partenaire à 4 pattes position haute. en mettant le partenaire en saute-mouton. On peut simplifier : en faisant faire la roulade seul. en faisant poser un genou sur le dos avant de rouler.</p>
		<p>Par-dessus partenaire allongé en croix: On peut complexifier : appel un pied, autre pied. appel deux pieds. On peut simplifier : en rapprochant les bras du torse. en prenant l'appel entre la jambe et le bras.</p>
		<p>A partir d'une situation de poussée où les deux sont en déséquilibre : On peut complexifier : en demandant à Tori de fixer Uké, puis de pivoter au moment où Uké repousse plus fort. On peut simplifier : en diminuant la poussée initiale, celui qui pivote reste en position verticale.</p>
		<p>Partenaire à quatre pattes position haute. Vérifier sa stabilité. Placer ses bras sous son ventre, faire une rotation en avant et en appui sur lui. Bloquer la chute en frappant le sol avec les deux bras quand le dos entre en contact avec le sol. Points importants : contrôler la chute en freinant avec les bras. garder le corps cassé (fermé) pendant la rotation. On peut complexifier : en demandant à Tori de lâcher plus tôt. On peut simplifier : en demandant à Tori de tourner en avant, sans frapper. en demandant à Tori de ne frapper qu'avec un seul bras, en se retenant au partenaire avec l'autre bras.</p>

## Les roulades en arrière:

		<p>Partenaire à quatre pattes en boule. S'asseoir <u>les cuisses sur son dos</u>, glisser en arrière, bloquer la chute en frappant le sol avec les deux bras quand le dos entre en contact avec le sol.</p> <p>Point important : garder le menton sur la poitrine.</p> <p>On peut complexifier : en demandant à Tori de lâcher la saisie avec les talons plus tôt.</p> <p>On peut simplifier : en demandant à Tori de rouler en arrière, sans frapper. en demandant à Uké de se mettre à plat ventre.</p>
		<p>A partir d'une situation de tirée où les deux sont en déséquilibre en tenant une ceinture : Uké lâche la saisie et roule (ou chute) en arrière.</p> <p>On peut complexifier : en demandant à Tori de lâcher la saisie. en demandant à Tori de fixer Uké, puis d'avancer en se décalant au moment où Uké tire plus fort.</p> <p>On peut simplifier : en diminuant la tirée initiale, celui qui chute reste en position verticale.</p> <p>Variante en mettant Tori et Uké dos à dos, la situation est analogue à celle sur poussée face à face.</p>

## Les réceptions sur les mains:

		<p>Se recevoir sur les mains en amortissant avec les bras.</p> <p>On peut complexifier : en demandant de claquer une (ou plusieurs fois) dans les mains en étant en l'air.</p> <p>On peut simplifier : en tombant en avant sans sauter (départ debout). en tombant en avant départ à genoux.</p>
		<p>Dans l'exécution de la roue le point important sera la pose de la deuxième main (doigts orientés vers la première main).</p> <p>On peut complexifier : en demandant des roues sautées, seul ou par-dessus partenaire à 4 pattes en position basse en mettant les mains avant ou après le partenaire.</p> <p>On peut simplifier : en demandant une succession des quatre appuis sans se préoccuper du passage dans le plan vertical.</p>

Tous les exercices en coopération type parcours de projection (avec ou sans tapis de type playel) permettent de continuer à apprendre à chuter. Ces exercices sont les plus proches de la réalité: Uké chute en étant projeté par Tori.

## Auto-évaluation

Exercices \ Niveau	Pas du tout habile	Un peu habile	habile	Très habile
Roulade				
Roulade par-dessus partenaire				
Chute AR par-dessus partenaire				

## Savoir combattre de façons diverses:

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
Savoir combattre	Opposition	Combat mais confond les différents règlements.	Sait pratiquer 3 à 4 formes de combat.	Sait pratiquer 4 à 5 formes de combat. Connaît des points communs à ces différents combats.
	Coopération	Ne différencie pas le combat à thème du combat "complet".	Respecte les différents rôles et joue le "jeu" pour l'autre. Passe bien des phases d'opposition aux phases de coopération.	L'opposant peut devenir partenaire de formation à tout instant, pour expliquer ou demander une explication.

Origine	Spécificité	Remarques
<b>Anglaise</b>	Venir dans le dos de l'adversaire.	Pas de projection ni de travail au sol.
<b>Turque</b>	Arracher du sol <sup>67</sup> .	Pas de projection ni de travail au sol, il faudra faire attention à la colonne vertébrale.
<b>Sénégalaise</b>	Mettre à terre son adversaire en restant debout.	Permet d'être vigilant sur le fait de tenir l'autre lors de la projection.
<b>Bretonne</b>	Mettre à terre son adversaire sur les deux épaules simultanément et avant toute autre partie du corps (c'est le <i>LAMM</i> )	Se pratique avec une veste, pas de travail au sol.
<b>Sumo</b>	Faire prendre un appui à l'adversaire autre que la plante des pieds, le projeter, le déséquilibrer, le faire sortir du cercle.	Pas de travail au sol.
<b>Lutte gréco-romaine</b>	Projeter, maintenir son adversaire au sol.	Pas d'action en dessous de la ceinture. Le travail au sol est possible.
<b>Lutte Albanaise, Corse</b>	Saisie imposée (bras dessus-dessous, mains crochétées), projeter son adversaire.	Pas de travail au sol.
<b>Lutte libre</b>	Projeter, maintenir son adversaire au sol.	Tout le corps est objet de saisies. Le travail au sol est possible.
<b>Judo</b>	Projeter, maintenir son adversaire au sol.	La saisie est imposée depuis sept. 94 pour les benjamins. Les poussins et les benjamins ne peuvent pas saisir la jambe du pantalon avec les mains.

Toutes ces luttes se pratiquent sur des espaces codifiés, en sortir est sanctionné. Cette notion d'espace doit être présente dans la pratique pour réguler les comportements de fuite. Toutefois il est possible de faire combattre en entraînement plusieurs couples au sein du même espace:

Sur une surface de combat de judo (9 m à 10m de coté) plusieurs couples peuvent combattre en même temps en gérant les sorties par rapport à ce grand espace.

La sortie est une prise d'appui en dehors des limites autorisées.

Le déséquilibre se matérialise par une prise d'appui autre que la plante des pieds.

La mise à terre se différencie du déséquilibre par l'utilisation du corps pour faire tomber l'autre. Pour les débutants il faut dégager un principe de projection simple:

*Il y a action volontaire pour projeter l'adversaire. Celui qui projette place une partie de son corps, entre le corps de l'adversaire et l'endroit de la chute, et il utilise ses bras et / ou son corps pour entraîner la chute de l'adversaire.*

## Auto-évaluation

Je sais pratiquer une lutte.	Je sais pratiquer trois luttes.	Je sais pratiquer cinq luttes.	Je sais pratiquer et je connais les points identiques de cinq luttes.

<sup>67</sup> Dans la mythologie Grecque, Hercule vainc Antée en l'étouffant debout



**Savoir s'opposer** dans le combat ou l'interrompre:

Combattre plusieurs minutes avec le même partenaire ou en changeant de partenaire.

Accepter d'interrompre le combat si la situation risque de porter atteinte à l'intégrité de l'autre:

Combat proche de la limite du tapis

Combattant projeté au sol à proximité du couple

Adversaire en situation d'infériorité de façon involontaire:

Choc ou coup involontaire

Vêtement déchiré ou dégage

Mauvais placement du dos

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
<b>Savoir s'opposer</b>	Opposition	Combat épisodiquement et au-dessus de ses moyens. Moins de 5 minutes.	Combat 10 minutes environ. Gagne de façons différentes mais plus par sorties et déséquilibres.	Combat en aérobic, gagne de façons différentes: les projections sont plus nombreuses.
	Coopération	Passe d'un état tout bloqué à un état passif pour permettre à l'autre d'agir.	Reprend la position de déséquilibre pour permettre à l'autre de refaire la prise.	Recontextualise le moment précédent l'exécution de la technique de projection.

## Auto-évaluation

Je combats moins de 5'.	Je combats entre 5' et 10'.	Je combats plus de 10', moins de 15'.	Je combats plus de 15'.

Je perds toujours.	Je gagne un peu.	Je gagne de façons différentes.	Je gagne toujours.

**Identifier les espaces** d'interventions, de projections:

Espaces lointains, proches, intimes<sup>68</sup>.

En judo le référent c'est l'adversaire:

Nous parlons de son arrière, de son avant, de sa gauche, de sa droite.

Avant d'apprendre à exécuter les techniques à gauche ou à droite, il faut passer par l'étape :

- je sais attaquer le côté gauche ou droit de l'adversaire
- je sais attaquer sur l'arrière ou sur l'avant de l'adversaire

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
<b>Identifier les espaces</b>	Opposition	Combat dans l'espace proche.	Combat épisodiquement dans l'espace intime. Les corps sont en contact lors de l'attaque. Se remet face à l'autre.	Se met dans une posture autorisant des alternatives. Prend des angulations vis à vis de l'autre.
	Coopération	La ligne de contact des corps adverse reste latérale.	La ligne de contact avec le corps adverse passe dans le dos.	La ligne de contact avec le corps adverse décrit une surface sur le corps de celui qui projette.

## Auto-évaluation

Je sais attaquer :	Sur le côté droit de l'adversaire.	Sur le côté gauche de l'adversaire.	Sur l'arrière de l'adversaire.	Sur l'avant de l'adversaire.
Nombre de possibilités :				

<sup>68</sup> E.T. HALL, op. cit.

## Se construire:

- différentes saisies permettant la projection.
- différentes techniques de projection:
  - \* en faisant référence à des principes mécaniques (leviers, forces, énergie, équilibres)
  - \* en faisant référence à des principes d'attaques
    - passer ou neutraliser la garde adverse, se rapprocher de l'autre, tenir compte de son comportement
  - \* en faisant référence au principe de projection:
    - pour projeter il faut mettre une partie de son corps entre le corps de l'adversaire et l'endroit où il chute et exercer un couple de forces sur lui.
- une classification de ces techniques par rapport:
  - \* au sens, la direction de la projection
  - \* à leur distance d'exécution (loin, proche)
  - \* à leur difficulté d'exécution, en combinant les points suivants:
    - sur un appui ou sur deux appuis ou en déséquilibre, en soulevant ou sans soulever l'adversaire
  - à des actions de défenses (esquiver, bloquer, abaisser le centre de gravité.)
- une saisie permettant d'attaquer et de défendre.

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
<b>Se construire</b>  <b>différentes saisies</b>	Opposition	Mains en appui sur les biceps.	Une main au bras, une main au niveau de l'épaule ou du pectoral.	Une main au bras, l'autre main se positionne selon le statut (attaquant ou défenseur) et / ou la technique envisagée.
	Coopération	Les mains saisissent un bras et le dos par-dessus ou par-dessous le bras de l'autre.	Commence à saisir au niveau des jambes pour projeter en soulevant.	Tout le corps de l'autre peut-être saisi. Une seule saisie permet de réaliser plusieurs prises.
<b>Se construire</b> <b>différentes techniques de projection.</b> <b>une classification de ces techniques.</b>	Opposition	Les techniques utilisant les jambes sont privilégiées. Reste face à l'adversaire.	Tourne le dos, et utilise la jambe pour projeter.	Utilise la hanche et le dos pour projeter en avant.
	Coopération	Différencie les prises qui font chuter en avant de celles qui font chuter en arrière. Respecte le principe de projection.	Intègre avant arrière et en soulevant et sans soulever.	Projette sur un appui ou deux appuis, en soulevant en avant et en arrière.
<b>Se construire</b>  <b>des actions de défenses</b>	Opposition	Repousse à distance et bloque. La défense se fait surtout par rupture de contact.	Dégage par esquive les jambes attaquées. Déséquilibre l'opposant dans le sens opposé à l'attaque.	Esquive ample dans le sens de l'attaque. Abaisse le CDG Contrôle l'attaque et contre-attaque par symétrie d'action.
	Coopération	Par esquive dans le sens de l'attaque.	Par contrattaque symétriques.	Contrôle l'attaque et garde le contact avec l'autre pour relancer des actions.
<b>Se construire</b>  <b>une saisie permettant d'attaquer et de défendre.</b>	Opposition	La saisie est surtout un appui pour repousser l'autre et éloigner ses appuis.	Elle permet l'attaque, les poussées, tirées, tournoyés.	Elle permet de surpasser celle de l'adversaire.
	Coopération	Ote la saisie de l'autre pour attaquer.	Crée des déséquilibres et les exploite avec la même saisie.	S'engage dans la saisie de l'autre pour attaquer.

## Auto-évaluation

### Projections :

Je sais faire une prise.	Je sais faire 3 prises différentes.	Je sais faire 6 prises différentes dans trois directions différentes.	Je sais faire plus de 6 prises différentes dans trois directions différentes.

### Saisies

Je n'ai pas de saisie, je repousse l'adversaire.	Je change de saisie en attaquant.	J'utilise une saisie pour attaquer.	Je sais attaquer et contrôler avec la même saisie.

### Savoir projeter de façons diverses un partenaire<sup>69</sup>:

- qui coopère en se déplaçant (ou en étant déplacé) en avant, en arrière, sur le côté.
- qui agit modérément en poussant, tirant, tournant ou qui résiste modérément.

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
Projeter de façons diverses un partenaire.	Opposition	Une direction de projection (arrière-côté).	Deux directions (arrière-côté et avant-côté), mais le secteur angulaire est de l'ordre de 45°.	Différenciation nette avant-arrière.
	Coopération	Hésite dans le parcours de projection Connaît 3 à 4 techniques	Adapte la saisie avant le déplacement et la projection. Connaît 5 à 7 techniques.	Modifie la saisie pendant le déplacement. Connaît 8 techniques ou plus.

Rappelons que la nécessité de la technique vient de l'expérience acquise pendant les combats<sup>70</sup>. L'élève est en situation de recherche par rapport à ses combats, il faut lui faire construire le principe de projection (Cf. savoir combattre). Voici un exemple de situation aménagée :

<p>Parcours de projection:</p> <p>Tapis type 'playel'</p>	<p><u>Tâches :</u> Saisir le partenaire se déplacer en direction des tapis, projeter le partenaire sur le tapis de mousse.</p> <p><u>Variables :</u> Les positions du couple. L'action déclenchée par l'un ou l'autre des partenaires. Les techniques exécutées.</p>
---	--



L'attrait des tapis est important pour les premiers parcours, motivation, sécurité. Il est facile de les retirer<sup>71</sup> ensuite.

Les prises "trouvées" ou retrouvées par les judokas peuvent être classées ainsi:

Direction de la projection :	Nombre d'appuis :	Amplitude :
Projection en arrière.	Projection réalisée sur deux appuis.	Le partenaire n'est pas décollé du sol pendant la projection.
Projection en avant.	Projection réalisée sur un appui.	Le partenaire est décollé du sol pendant la projection.

Ces critères peuvent se combiner entre eux. Les illustrations des techniques classées selon ces critères sont en annexe III.

### Auto-évaluation

Je déplace mon partenaire vers la zone de projection:

J'hésite trop pour projeter mon partenaire, je suis à l'arrêt devant la zone de projection.	J'hésite un peu pour projeter mon partenaire.	Je change de saisie avant le déplacement, je garde cette saisie pour projeter.	Je vais vite, je n'hésite pas.

Mon partenaire me déplace vers la zone de projection:

J'hésite trop pour projeter mon partenaire, je suis à l'arrêt devant la zone de projection.	J'hésite un peu pour projeter mon partenaire.	Je change de saisie avant le déplacement, je garde cette saisie pour projeter.	Je vais vite, je n'hésite pas.

<sup>69</sup> Tableau des principales situations d'étude en judo debout, Méthode Française d'enseignement, FFJ, 1989, p. 13

<sup>70</sup> Voir ci-dessus le cadre de référence, p. 14

<sup>71</sup> Les athlètes de haut-niveau utilisent ces tapis à l'entraînement, quand ils répètent des techniques de projection en grand nombre, pour éviter les microtraumatismes.

## Mettre en relation (pour agir le plus efficacement possible) :

Le comportement personnel :

- saisies, techniques, espaces d'intervention

et le comportement direct de l'adversaire :

- pousse, tire, avance, recule, s'oppose, esquive, attaque directe, contrattaque

Les différents points du règlement pour forcer l'autre au compromis dans l'attitude (notion d'incertitude).

Il s'agit bien d'apprendre à projeter dans plusieurs situations<sup>72</sup>:

Niveau direct :	Niveau indirect :
l'autre agit : il pousse il tire	l'autre agit : il attaque
j'agis: je déplace l'autre vers l'arrière je déplace l'autre vers l'avant	j'agis: j'attaque : il résiste, il esquive je cherche une réaction par rapport aux limites de l'aire du combat

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
<b>Mettre en relation son comportement et le comportement de l'adversaire</b>	Opposition	C'est l'attaque envisagée qui organise l'action.	Utilise différentes actions (poussées, tirées, tournoyées) avant d'attaquer.	Tente et réussit des techniques qui prennent en compte l'action de l'autre.
	Coopération	Réussit mieux le parcours de projection si c'est lui qui déclenche le déplacement.	Réussit le parcours de projection avec un partenaire qui déclenche l'action.	Dans le parcours de projection, surpasse l'attaque adverse pour attaquer en avant.

Exemples de combats aménagés:

- Par groupe de trois, deux combattent, un observe. Au signal, un des combattants pousse l'autre pendant 5". Celui qui est poussé doit réaliser une projection adaptée à l'action avant la fin des 5".

- Tout le monde combat. Après une projection réussie, l'opposition est interrompue, et les deux combattants refont en coopération la projection réussie.

Auto-évaluation

Ca va trop vite, je n'ai pas le temps de me souvenir.	J'essaye de refaire ce qui m'a permis de projeter l'adversaire.	J'utilise des actions différentes (attaques, poussées, tirées).	Je ressens la position de mon adversaire, j'essaye d'attaquer dans ce sens-là.

## Gérer un combat

Arbitrer différentes luttes.

Identifier une attaque directe, une contre-attaque, les sorties, les chutes

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
<b>Arbitrer Gérer un combat une prestation</b>	Opposition	Attaques et contre-attaques, projections et déséquilibres sont encore mal différenciés.	Connaît plusieurs règlements. Désigne le vainqueur sans regarder la fiche.	Rectifie sans être perturbé, Est entendu par les combattants.
	Coopération	Regarde alternativement les couples.	Ne prend en compte que un ou deux critères.	Justifie son avis sur 3 à 4 critères.

Auto-évaluation

J'ai du mal à suivre, ce sont les combattants qui s'arrêtent pour savoir le résultat.	Je ne vois que deux points parmi les trois suivants: - projections cuisse, fesses, dos - déséquilibres pose d'un genou ou d'une main - sorties un appui entier hors de la zone	Je n'ai pas besoin de consulter la fiche de combat pour désigner le vainqueur.	Je maîtrise le déroulement du combat : - si je me trompe je rectifie sans être perturbé. - les combattants m'entendent.

<sup>72</sup> Nous avons mis en situation (avec des schémas animés) ces comportements dans le logiciel "Judoka", Nathan, 1987  
Cf. Classeur de la méthode Française d'enseignement du judo-jujitsu p. 13

## L'APPORT DES COLLEGES SENSIBLES AU TRAITEMENT DE L'ACTIVITE JUDO

27 ethnies différentes dans un collège. C'est aussi la réalité de l'enseignement dans les banlieues. Beaucoup d'élèves sont motivés pour s'affronter au cours de combats, dans le cadre des cours de judo en EPS. Mais pour certains de ces jeunes, à la vie sociale très difficile, utiliser en plus des éléments de leur culture ou de la culture de leurs parents, c'est aussi les reconnaître et renforcer la vie de classe.

Pour permettre aux élèves de se construire l'activité, utiliser les variables que sont ces règlements n'est pas suffisant. Il faut aussi fixer les axes de travail dès les premiers combats.

Bien sûr la relation d'opposition est quelque chose de fort, mais il est nécessaire de la dépasser pour la transformer en projet éducatif. La trame de fond de ce dernier repose sur un équilibre délicat : faire accepter des contraintes nouvelles aux pratiquants sans avoir recours systématiquement à l'autoritarisme<sup>73</sup>.

En plus du respect des règles d'or, nous pouvons demander aux élèves de cadrer leur activité en montrant à la fin des combats ce qui a été réalisé.

Par ce biais la relation est tout de suite modifiée. De dominé, l'autre devient partenaire nécessaire pour exécuter un geste valorisant.

Cela veut dire qu'au cours des combats, dès qu'une prise ou une mise à terre est réussie, le combat sera momentanément interrompu pour permettre aux deux combattants de refaire cette technique en coopération. Cela entraîne aussi que *tout le monde chute dans les combats*.

Le choix, librement consenti, du partenaire est un moment important. Plus que le respect de catégories (de poids ou de forces), dans la(es) phase(s) d'initiation, combattre avec des amis<sup>74</sup>, c'est un gage de sécurité. Si dans la tradition des arts martiaux on ne peut pas refuser un combat, cette même tradition explique que le plus fort se met légèrement au-dessus du plus faible pour le faire progresser. Laisser à l'élève le libre choix du partenaire<sup>75</sup> c'est lui laisser formuler et évaluer, a priori, un projet d'actions. Dans le groupe, celui qui ne respecte pas les règles d'or se retrouve toujours le dernier à chercher un "partenaire": il faudra bien lui demander de trouver une explication à ce phénomène. Il faudra reprendre les notions de solidarité, responsabilité, d'entraide et prospérité. Nous devons veiller à ne pas laisser se développer des "instants de cruautés inconscientes ou de sadismes latents"<sup>76</sup>

Si l'activité motrice est mieux canalisée, si le plan social est concerné, il semblerait que le plan cognitif aussi.

La mémorisation<sup>77</sup> de ce qui a été réussi est nécessaire à l'apprentissage et sans ces consignes de coopération certains élèves sont incapables de refaire l'action qui vient d'être exécutée. Le combat peut donner alors une impression de confusion.

Par cette contrainte supplémentaire (montrer ce qui a été réalisé), on demande à l'élève de se souvenir de ses actions, d'être conscient de ses gestes. Cela transforme son activité, c'est une partie intégrante du travail en E.P.S. Voici ce que disait un étudiant, lors de son premier cycle combat:

"Refaire en coopération la projection réussie est un exercice pédagogique incontournable, puisqu'il oblige à être très vigilant sur ce que l'on fait, à ne pas faire n'importe quoi, afin de se remémorer au mieux la prise exécutée à refaire." A.G. étudiant en D1 en 1996

C'est cet ensemble de points qu'il faut mettre en avant, en premier, avant le cérémonial traditionnel. C'est parce que l'ensemble sera bien intégré et bien vécu que l'on pourra le mettre en place, voire que les élèves le pratiqueront. Ce n'est pas la forme qu'impose le cérémonial qui va régler le fond, le relationnel dans la classe; elle peut y contribuer, mais pas seule. Le plus terrible est que les élèves fassent une parodie de "salut" et n'appliquent pas les règles de respect de l'autre.

<sup>73</sup> Les modes de travail pédagogique de M. Lesne in :

MARSENACH J. (1982) Les pratiques d'éducation physique dans les établissements scolaires ont-elles changé ?, EPS 175, p. 28-34

ROCHE J. (1985), Evaluation et inspection, EPS 195, p. 47-49

ARNAUD D. (1998) Ados cassés, méthodes musclées, Libération du 3/10/1998, p. 12-13

<sup>74</sup> François 1er, Camp du Drap d'Or, "Je lutte avec mes amis, je fais la guerre à mes ennemis".

<sup>75</sup> Bien entendu, l'élève n'aura pas "le droit de combattre" avec le même partenaire plusieurs combats de suite.

<sup>76</sup> LACOURBE R. et GRIVEL D. (1985), Robert WISE, Edilig.

<sup>77</sup> BADDELEY A. (1994) Les mémoires humaines La Recherche 267 spécial La mémoire, p.730-735

M. MEUNIER & coll. (1994) L'anatomie de la mémoire, La Recherche 267 spécial La mémoire, p. 760-766

TIBERGHIE G. (1994) Psychologie de la mémoire humaine, Sciences Humaines 43, p. 25-28

## VARIABLES PEDAGOGIQUES DU COMBAT

Combattre c'est affronter un adversaire qui a les mêmes droits que soi, et dont on ne connaît pas les actions, en acceptant des contraintes. Elles sont issues de la logique interne de l'activité. Les règlements (CF. annexe) permettent de combiner ces contraintes et proposer des formes d'opposition adaptées pour développer<sup>78</sup> les savoirs faire de nos élèves. Nous nous situons bien comme concepteur et non simple exécutant de situations problèmes.

Nous pouvons rappeler quelques éléments pour aménager les situations pédagogiques<sup>79</sup>:

L'enjeu c'est le corps de l'autre

La mise à terre est toujours valorisée ou plus valorisée

Il y a des aménagements du temps ou des espaces

Il y a des aménagements des contraintes gestuelles

Il y a conservation de l'incertitude

Il y a adaptation des contraintes spatio-temporelles

Le plus fort a:

Moins d'espace

Moins de temps

Des conditions plus difficiles

La FFJ précise des variables constitutives<sup>80</sup> des exercices à thèmes

Les saisies

Les déplacements

Les postures

Les attaques

Les défenses

On pourrait encore préciser:

La morphologie

Le score

Le niveau d'opposition

Les contraintes qui suivent ne sont pas hiérarchisées, elles sont en interaction les unes avec les autres.

<sup>78</sup> Proposer aux élèves des tâches semblables, les différences vont entretenir la motivation des élèves.

<sup>79</sup> Didactique judo en milieu scolaire, op. cit.

<sup>80</sup> Le judo des 15/17 ans, FFJDA 1985, p 89.

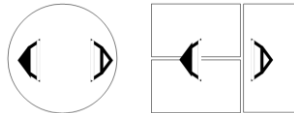


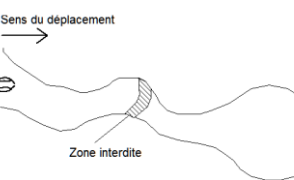


\* DES CONTRAINTES D'ESPACE:

Quelques aménagements possibles (non exhaustifs):

La base du travail sera les luttes à territoire, cercles ou carrés ou encore éléments de la surface de combat (par exemple 3 tapis pour un couple). Ce type de combat nécessite un ou deux arbitre(s)<sup>82</sup> chez les débutants, l'exercice se fait alors au moins à trois. Le garant des règles sera alors cet arbitre.

Les modalités pédagogiques peuvent être diverses, tout le monde commence et fini au même signal, mais chacun des arbitres peut arrêter et relancer son combat.

Objectif	Luttes	Contraintes	Remarques
Combattre sans mettre à terre	Luttes au territoire 	1: pousser l'autre hors de la surface <sup>83</sup> Le combat est gagné dès qu'un ou les 2 pied(s) est (sont) hors de la surface de combat.	Pas de projection  La position de départ est à la périphérie
Combattre sans mettre à terre		2: sortir de la surface Le combat est gagné dès qu'un combattant a mis le pied dehors	Pas de projection La position de départ est au centre de la surface.
Combattre en mettant son adversaire à terre.	Sumo  Luttes libres et gréco-romaine Judo	Le combat est gagné dès que: - l'adversaire prend appui au dehors - l'adversaire prend appui avec une partie du corps autre que les pieds (nous considérerons qu'il y a déséquilibre) - l'adversaire est projeté	La différence entre le déséquilibre et la projection est l'application ou non du principe de projection <sup>84</sup> .  Le rayon ou le côté va déterminer la durée des combats, plus le rayon est grand plus les combats seront longs, plus il y aura de tentatives de projections.
Combattre en mettant son adversaire à terre	Labyrinthe 	Un avantage est marqué chaque fois que: - l'adversaire prend appui au dehors - l'adversaire prend appui avec une partie du corps autre que les pieds (nous considérerons qu'il y a déséquilibre) - l'adversaire est projeté	La projection vaut 5 pts, le déséquilibre 2 pts, la sortie (ou prise d'appui en zone interdite) 1 pt. Il est interdit de "remonter" le labyrinthe.

Il est possible de mêler ces contraintes d'actions et d'espaces pour exploiter au mieux les notions d'incertitude :

	Objectif	Règlements	Contraintes	Remarques
O P P O S I T I O N	Combattre sans mettre à terre	Lutte Anglaise et Lutte au territoire.	Passer dans le dos ou mettre l'autre dehors.	Faire réagir l'autre par rapport aux limites du territoire dégage des opportunités nouvelles pour marquer des points en lutte Anglaise.

<sup>82</sup> Un arbitre "souverain" ou une décision concertée ? C'est un problème de logique externe. La solution appartient à l'enseignant, suivant le comportement de son groupe.

<sup>83</sup> Apprendre à pousser l'autre dehors, c'est apprendre à prendre des appuis sur lui pour le contrôler. C'est aussi l'amener à réagir, grâce aux limites de l'aire de combat. Réactions qu'il faudra apprendre à utiliser.

En compétition officielle, pousser l'autre hors des limites est sanctionné, si c'est fait près des limites. Néanmoins, en aménageant les situations ainsi, les débutants vont :

- Ressentir les réactions de l'autre rapidement
- Apprendre et comprendre ce geste et au besoin ne pas le faire. *Au club, nous apprenons, aux minimes, les clés de bras, bien qu'ils n'aient le droit de les pratiquer en compétition que lorsqu'ils sont cadets.*

<sup>84</sup> Il y a projection si le combattant place une partie de son corps entre le corps de l'adversaire et l'endroit où il chute



\* DES CONTRAINTES DE TEMPS ET DE SCORE:

A la fin du temps imparti, celui qui a le meilleur score a gagné, mais:

- en lutte et en judo, respectivement, le 'tombé' et le 'ippon' arrêtent le combat.
- en lutte il peut y avoir arrêt du combat par grande supériorité.
- en judo un nombre important de petits avantages<sup>85</sup> (par exemple 3), restera inférieur à un seul avantage supérieur.

Voici donc des exemples de règlements tenants compte du temps et du score:

1) Règlement basé sur le nombre d'avantages :

Le combat est terminé quand il y a X avantages.

Au bout de X avantages le combat est terminé, les deux combattants marquent les points obtenus.

Dans ce cas, si les avantages ont des valeurs différentes, il est possible qu'un combattant marque (dans l'exemple où  $X = 2$ ) deux avantages à un 1 point et l'adversaire marque un avantage à 5 points.

2) Règlement basé sur les avantages marqués sans avoir été pris en défaut :

Le combat est terminé quand il y a X points et la valeur des avantages progresse géométriquement.

Exemple:

Le premier avantage vaut 1 point

Le deuxième avantage vaut 3 points

Le troisième avantage vaut 6 points

3) Règlement basé sur l'amplitude des chutes :

Le combat est terminé quand il y a X points.

Avantage	Score	Exemples
Petite amplitude de chute	petit score	accrochage de jambe et projection en arrière
Grande amplitude de chute	gros score	bascule en avant par-dessus le dos

4) Règlement basé sur le temps :

Le combat est terminé à la fin du temps imparti.

Exemple:

L'avantage marqué dans le premier tiers du combat vaut 10 points

L'avantage marqué dans le deuxième tiers du combat vaut 5 points

L'avantage marqué dans le dernier tiers du combat vaut 3 points

5) Règlement basé sur la particularité d'un avantage :

Le combat est terminé quand il y a un nombre de points marqués, ou à la fin du temps imparti ou quand il y a un nombre d'avantages marqués.

Exemple en Sumo:

La sortie vaut 1 point

Le déséquilibre vaut 3 points

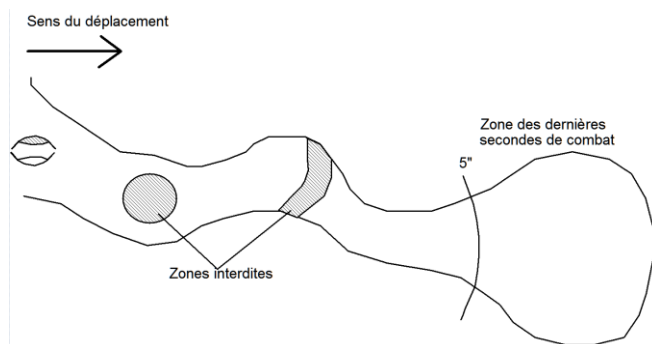
La projection vaut 10 points

Le vainqueur est celui qui marque au moins le nombre de points fixé avant le temps imparti, ou celui qui a marqué le plus de points au bout du temps imparti.

<sup>85</sup> Le ippon vaut 10 points (l'adversaire est projeté sur le dos avec force et vitesse [ou immobilisé 25"]), le waza-ari vaut 7 points (presque identique au ippon, mais il manque la force, ou ce n'est pas assez vite, ou ce n'est pas complètement sur le dos [ou immobilisé de 20 à 24"]), le yuko vaut 5 points (quand l'adversaire est projeté sur le côté [ou immobilisé de 15 à 19"]), le koka vaut 3 points (quand l'adversaire est projeté sur les fesses [ou immobilisé de 10 à 14"]).

## Applications de ces contraintes pour deux exercices:

### Le labyrinthe:



Le combat dure 30".

La projection vaut 5 pts, le déséquilibre 2 pts, la sortie (ou prise d'appui en zone interdite) 1 pt.

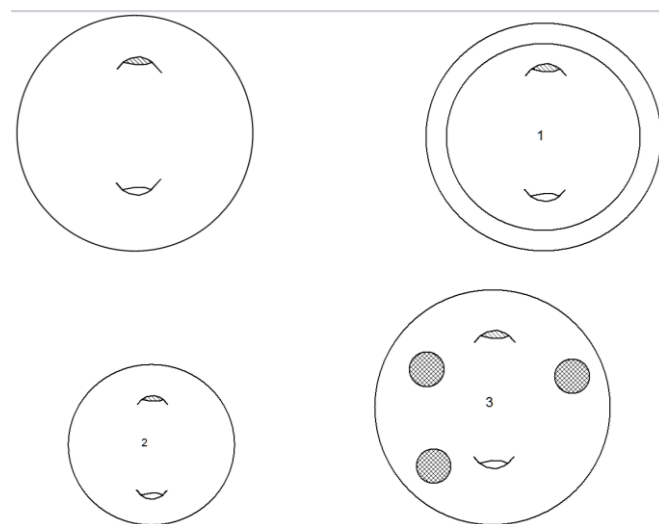
Il est interdit de "remonter" le labyrinthe.

Une fois franchie la dernière limite, il n'y a plus que 5" de combat.

Variables:

- Les dimensions du labyrinthe
- Le temps
- La valeur des avantages
- Le rôle des combattants (tous les deux combattent, un attaque et l'autre défend, etc.)

### Le cercle de Sumo:



Le combat dure 1'

La projection vaut 5 pts, le déséquilibre 2 pts, la sortie (ou prise d'appui en zone interdite) 1 pt.

Variables:

- En plus de celles du labyrinthe
- Deux cercles concentriques (1), le plus fort a moins d'espace, moins de temps pour combattre (à la fin de son temps, il ne peut plus qu'esquiver)
- Le rayon (2) du cercle (rayon important, cela favorisera le travail des projections; rayon faible, cela favorisera le travail des sorties déséquilibres)
- Le rajout d'autres zones (3), elles permettent:
  - \* de marquer des points supplémentaires
  - ou
  - \* d'interdire d'être attaqué quand on a un pied dedans
  - ou
  - \* de ne pouvoir attaquer que si on a un pied dedans

### Remarques:

Chaque fois qu'un travail à trois est organisé lors d'un combat, nous demandons aux élèves:

- qu'au début du combat le troisième (généralement observateur et / ou arbitre) stabilise la position des combattants (par exemple face à face et dans le cercle)
- qu'à la fin du combat le troisième (généralement observateur et / ou arbitre) stabilise la position des combattants (par exemple qu'ils reprennent la position prise avant le signal du début combat) et qu'il indique qui a gagné et pourquoi, ce qui doit permettre une discussion "démocratique" si un ou les combattants demandent des explications.

## EVALUATION

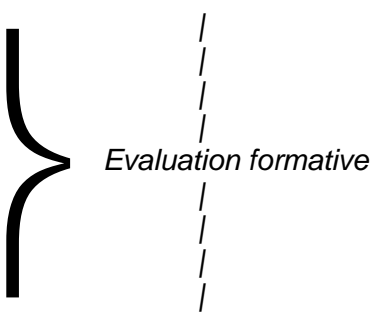
Destinée en premier lieu aux élèves, elle est un moment privilégié pour déterminer ce qui a été fait et / ou compris tout au long d'un cycle de formation.

Cette évaluation est plus qualitative que quantitative, elle n'est pas (ne se veut pas) une stricte mesure de l'écart entre des données relevées lors de la première<sup>86</sup> séance d'une part et des données relevées lors de la dernière séance d'autre part.

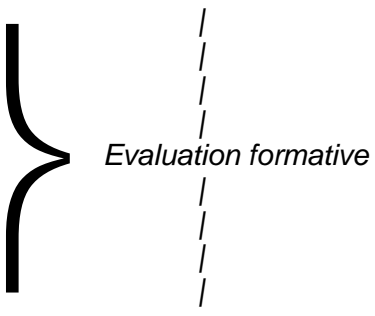
Séance 1:

- renseignements divers (NB de cycles effectués précédemment, niveau de pratique...).
- échauffement, mise en activité.
- au premier plan pour l'enseignant : susciter, organiser la participation de tous.
- au second plan : évaluation / estimation du niveau global, des niveaux extrêmes rencontrés.
- bilan de séance, présentation d'axes de travail.

Séance 2 à 3 :

- Explications sur les objectifs et le déroulement du cycle
  - ébauche du plan de formation par l'enseignant
  - situation 1, régulation
  - situation 2, régulation
  - combats adaptés
  - situation 3, régulation
  - Bilan, rappel des objectifs
- 

Séance 4 et suivantes :

- rappels du plan de formation et du déroulement du cycle
  - situation 1, régulation
  - situation 2, régulation
  - combats adaptés
  - situation 3, régulation
  - Construction, élaboration d'exercices qui prépareront l'évaluation.
  - Explication des modalités de l'évaluation sommative.
  - Bilan.
- 

Séance de fin de cycle :

- Où se situer dans le plan de formation ?
- Quels sont les objectifs atteints, les progrès réalisés ?
- Quelles sont les actions maîtrisées dans le cadre d'une activité organisée avec des contraintes (temps imposé, score imposé...) ?
- Organisation d'une compétition adaptée au niveau de pratique.

<sup>86</sup> Comment évaluer, lors de la première séance, le savoir combattre des élèves quand ceux-ci n'ont jamais fait de combat ?

La proposition que nous faisons est de permettre aux élèves d'apprendre l'activité judo au travers de phases d'opposition et de coopération.

L'évaluation prendra en compte "ce qui a été enseigné", c'est à dire que seront évaluées ces phases d'opposition et ces phases de coopération.

L'évaluation de la phase d'opposition est délicate car la majorité de nos élèves n'aura que quelques dizaines d'heures de pratique (50 heures au mieux).

Comment donc organiser une évaluation de l'opposition pour cette majorité ?

Très souvent, les situations<sup>87</sup> choisies et / ou les combats mis en place pour évaluer, sont issus des championnats officiels de la fédération. Ces combats se déroulent en poules ou tableaux qui dégagent de façon précise un vainqueur.

Champion de la classe, est-ce vraiment le résultat à formaliser pour la fin d'un cycle de formation en EPS ?

Si nous tenons compte du côté forme, il ne faut oublier le côté fond, c'est à dire ne pas évacuer que la FFJ impose à ses adhérents d'être dans la deuxième année de licence (donc au-delà de 100 heures de pratique) pour s'inscrire aux compétitions officielles.

Par ailleurs, comment évaluer les connaissances et la stratégie en même temps. Un élève peut gagner plusieurs combats de suite parce qu'il a eu l'opportunité (et il devait la saisir) d'utiliser une prise. Doit-on, peut-on lui en tenir rigueur ?

Peut-on vraiment demander à des quasis débutants de gagner et de varier les prises pour gagner ? Rappelons que le nombre de prises utilisées par les compétiteurs de haut-niveau<sup>88</sup> est de l'ordre de 4 ou 5.

Nos objectifs ne sont pas de former à tous prix des compétiteurs, mais d'éduquer des individus à la relation d'opposition. Cette dimension "relation" ne doit pas être évacuée de l'évaluation.

Le travail d'initiation (le combat d'entraînement) est basé sur la double fonction de la projection. Elle est à la fois:

arrêt du combat, par le règlement officiel  
et droit de recommencer le combat

Marie-Hélène BROUSSE<sup>89</sup>, nous conforte dans cette position:

*La pratique du judo implique l'autre dans la structure du corps à corps.*

*L'enfant y développe ses propres sensations corporelles et son efficience motrice par ses capacités à intégrer celles de l'autre.*

*Le corps à corps repose ici sur la capacité à gérer l'interaction autant qu'à imposer sa force.*

*Pourtant cette gestion de l'interaction est organisée par la possibilité de confisquer à son profit le résultat de l'échange moteur. La domination et la victoire y sont fonction, non de sa propre efficacité motrice, mais de ses capacités à sentir la force de l'autre, son orientation, et à s'en approprier le résultat.*

<sup>87</sup> Deux remarques sur le choix, l'élaboration de la "situation de référence" :

- Sur le plan des habiletés motrices:

Au début du cycle les "apprenants" n'ont jamais fait de judo debout, à la fin du cycle ils savent combattre (à leur niveau) debout. La situation de référence ne peut pas arriver en séance 1.

- Estimer les niveaux, l'investissement, les motivations afin de développer et / ou construire effectivement un projet de formation avec les "apprenants" nécessite un peu de temps. Là encore, la situation de référence ne peut pas arriver en séance 1.

Les conséquences de ces remarques sont importantes. Les cycles vont être plus long, les élèves vont aborder moins d'APS (pas forcément moins de groupes d'activités), mais nous pourrions atteindre d'autres objectifs. Qualité ou quantité, c'est toujours le dilemme, nous avons opté pour le premier.

<sup>88</sup> Entretien à l'INSEP avec les athlètes de haut-niveau, 1991.

<sup>89</sup> M.H. Brousse est Psychiatre, Maître de conférence à la Faculté des Sciences du Sport à Amiens

*Le vaincu contribue donc activement à la victoire du vainqueur. C'est cette perspective dialectique et d'interdépendance qui amène l'enfant à un savoir accru du fait que le corps est un système interactif et que l'activité motrice dépasse les limites de sa forme corporelle: il s'apparente plutôt à un champ de forces en tension qui fait des deux corps (le mien et celui de l'autre) les deux plateaux d'un même balancier.*

La compétition "officielle" ou issue des règlements officiels va interrompre ce processus<sup>90</sup>. Dans la formation Il faudra amener cette compétition, mais pas trop tôt.

L'objet est donc de proposer pour nos débutants une forme de confrontation<sup>91</sup> qui ne bloque pas (ou moins) cette communication.

Nous pouvons donc proposer, lors des premiers cycles, des formes d'évaluations pour la partie opposition qui ne systématisent pas un vainqueur (compétitions sous forme de tableaux ou poules) mais qui tiennent compte de tous ces éléments.

Les élèves auront donc une fiche individuelle d'évaluation sur laquelle ils inscriront leurs actions, et résultats. Ils auront un "temps de compétition" pendant lequel ils pourront rencontrer des adversaires de leurs choix<sup>92</sup>. Ils ne pourront pas rencontrer deux fois le même adversaire.

Les combats ne stopperont pas à la première victoire (ou défaite), il y aura une chance (une vie) de plus pour continuer le combat. La durée de celui-ci est un élément important :

Les élèves seront évalués (Cf. p. 23) sur un rapport<sup>93</sup> :

nombre d'actions réussies / nombre de combats effectués

Ce rapport sera mis d'autre part en relation avec le nombre de combats qu'ils auront arbitrés.

Leur confier ces tâches sera un élément de formation supplémentaire. Les élèves n'ayant pas l'ordre des rencontres et les rôles à tenir, il faudra le gérer dans le temps imparti, mais c'est cela aussi vivre en groupe.

Pour évaluer la partie coopération, nous pouvons faire référence aux compétitions de katas organisées par plusieurs fédérations de sports de combat.

Les élèves présenteront à deux une expression technique, basée sur la recherche et la mise au point des prises qu'ils auront trouvées (ou réinventées<sup>94</sup>), construites pendant les cours.

<sup>90</sup> Les aspects psychologiques de la pratique du judo chez l'enfant, Claire. CARRIER, in Actualités Sport et médecine, Spécial Judo, N°18, 1992, p. 48-51

<sup>91</sup> C'est en cela que nous mettrons en évidence l'EPS, même si nous devons noter que certaines fédérations sportives proposent des confrontations de ce type pour leurs jeunes pratiquants. (CF. la FFJ et le tournoi de Samourais).

<sup>92</sup> Les élèves ont peu d'heures de combat, il est important que cette décision d'affronter quelqu'un émane d'eux, qu'ils se sentent acteurs de leurs choix. Bien sûr ils auront tendance à combattre avec leurs amis, mais n'est ce pas là encore une manière de garantir leur sécurité ?

<sup>93</sup> Toutes les actions réussies seront comptabilisées

<sup>94</sup> L'ensemble des techniques est connu des spécialistes. Mais ce n'est pas perdre du temps que de laisser l'apprenant faire ses propres expériences, ses choix, ses comparaisons, ses sélections en les confrontant à celles de la classe :

- c'est le rendre acteur de sa formation.

Le rôle de l'enseignant est de :

- ne pas le laisser se perdre sur des voies techniques sans issues ou dangereuses.

- le conseiller pour explorer telle ou telle possibilité et montrer s'il le faut le geste approprié (ce qui ne veut pas dire le geste de l'expert)

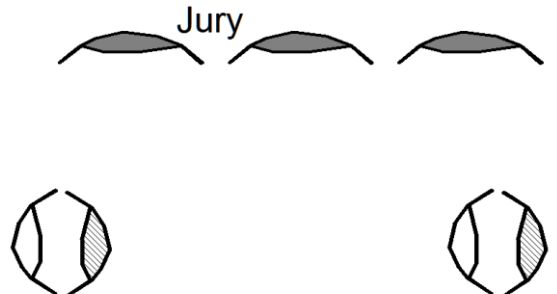
La préparation de cette évaluation pendant le cycle permettra aux élèves de déterminer les critères d'évaluation de cette expression.

Il est facile de demander à un couple de produire une première expression observée par tout le groupe. Puis de comparer cette expression avec celle d'un deuxième couple. Les critères sont "reconstruits" rapidement après quelques démonstrations:

Nombre de techniques, sécurité, variété, amplitude, alternance des rôles, déplacements ou mise en contexte pour placer la technique.

Le couple vainqueur est déterminé par un jury de 3 ou 5 personnes. Chaque membre du jury doit se prononcer pour un couple, et lui attribue 10 points. Le jury doit indiquer le(s) critère(s) dominant(s). Un couple marque 5 points (jury de 3) ou 10 points (jury de 5) pour toute prestation terminée.

Là encore, un temps de compétition sera ouvert, les élèves auront la possibilité de rencontrer les couples de leur choix et ils seront évalués sur le rapport nombre de points marqués, nombre de passages effectués. Ils ne pourront pas rencontrer deux fois le même couple.

<p>Démonstrations</p>  <p>Couple 1                      Couple 2</p>	<p>Tâches: Exécuter pendant un temps donné (30" environ) des techniques de projection avec un partenaire en démonstration.</p> <p>Les critères d'évaluation ont été déterminés par les élèves pendant le cycle. Ils sont les suivants: Nombre de techniques, variété, amplitude, sécurité, alternance des rôles et déplacement</p>
--	--

Ce travail, de déplacements ou mise en contexte pour placer la technique, se poursuivra plus précisément par une étude des bascules<sup>95</sup> d'équilibre, avec prise en compte des réactions de l'adversaire ou partenaire. Il fera l'objet de combats à thèmes.

La fiche récapitule bien ce qu'a fait l'élève, et le confronte avec le (son) projet de formation. Elle matérialise son résultat, ses réussites ses échecs mais aussi les pistes de travail possibles pour progresser.

L'ordre de l'évaluation, l'opposition précédant la coopération, est subordonné :

à notre axe de travail (apprendre à prendre l'équilibre en respectant des équilibres)  
aux règles d'or, notamment le libre choix des opposants.

Comment inviter l'autre à une confrontation d'expression technique pour la partie coopération si on n'a pas respecté avec lui les règles d'or dans la partie opposition ?

Voici quelques fiches d'évaluation, qui prennent en compte ces formes d'évaluation.

<sup>95</sup> CF. fiche des bascules en annexe

Prénom:

[illegible][illegible]

---

Prénom:

[illegible][illegible]

## EVALUATION FICHE OPPOSITION - COOPERATION

**Fiche JUDO****Date:****NOM:****Prénom:**

<p><b>Première note:</b> elle est fonction</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- du nombre de points marqués</li> <li>- de la différence nb de combats-nb d'arbitrage</li> </ul> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>Réalisation / Gestion en judo</b> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">             Points marqués en combats <b>Performance</b> </div> <div style="text-align: center;">             Différence combats-arbitrage <b>Note 1</b> </div> </div>	<p><b>Deuxième note:</b> elle est fonction</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- du nombre de points marqués en démonstration</li> <li>- du nombre de démonstrations</li> </ul> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <b>Jury composé de trois personnes</b> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">             Points marqués en démonstrations <b>Connaissances liées à la pratique</b> </div> <div style="text-align: center;">             Nombre de démonstrations <b>Note 2</b> </div> </div>
---	---

**Partie opposition: Note 1**

Règlement: Le combat est arrêté au bout de 2 avantages marqués par le même combattant, ou au bout d'une minute. Sortie = 1 pt. Déséquilibre = 3 pts. Projection = 10 pts.

Nom de l'adversaire	Points marqués (détaillé)	Inscrire l'action la plus importante	Qui arbitrait	Action(s) interdite(s)	J'ai arbitré le combat
					:
					:
					:
					:
					:
					:
					:
					:
					:

**Partie coopération: Note 2**

La démonstration dure 30". Le jury est composé de 3 ou 5 personnes. Chaque voix du jury permet de marquer 10 pts. Un couple marque 5 ou 10 points s'il n'obtient aucune voix.

Partenaire	Adversaires	Points marqués	Critère remarqué des gagnants <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Sécurité, Nombre de prises, Amplitude, Alternance des rôles, Variété, Déplacement, Contexte du combat

NOTE FINALE = (NOTE 1 + NOTE 2) / 2 ou (3 X NOTE 1 + NOTE 2) / 4



## ETUDE DE CES FICHES:

La fiche "SUMO" est utilisée pendant le cycle. Elle prépare aussi les élèves à tenir la fiche du contrôle terminal.

La fiche de contrôle terminal reprend le tableau de la fiche "SUMO" et propose dans le même genre un tableau pour les démonstrations techniques.

Les nomogrammes sont à construire avec l'équipe des enseignants E.P.S..

Nous tenons compte de la moyenne des données, de leur écart type, pour adapter un barème qui permet de situer un résultat de l'ordre de la moyenne moins l'écart type entre 9 et 10.

La partie opposition "Réaliser le meilleur score" est la partie performance, maîtrise d'exécution.

La partie "Exécuter des techniques" est la partie connaissance complémentaire.

Les remarques les plus courantes sont les suivantes:

Pourquoi avoir introduit le nombre d'arbitrage ? Cela ne fait pas partie de la notation de la réalisation.

Qui est vainqueur de ce combat ?

Pour ne pas alourdir le système d'évaluation, nous avons intégré la partie gérer, au sens de gérer le déroulement de la compétition. C'est essayer de "*vivre d'autres rapports, moins consommateurs*"<sup>96</sup> (le prof organise, je viens, je repars avec ma note), et d'amener les élèves à prendre en charge tous les éléments qui ont participé à leur formation.

Les rapports dans le groupe s'équilibrent, les leaders arbitrent les autres, la gestion n'est plus une corvée, c'est une tâche intégrée et partagée.

Qui est vainqueur ?

Le combat est basé sur le règlement du sumo, la saisie aux jambes est interdite, comme dans le règlement judo des benjamins (année 94), celui qui projette doit rester debout, comme dans la lutte Bretonne, ou dans le règlement des benjamins.

Le décompte<sup>97</sup> des points est:

10 points pour une projection

3 points pour un déséquilibre

1 point pour sortie (c'est à dire pousser l'adversaire hors de la zone de combat)

Le combat est terminé quand un des combattants a marqué deux avantages, ou quand une minute s'est écoulée.

Un combat peut donc être arrêté par 2 points à 10. Ce qui sera noté c'est le nombre de points marqués, et nous essayons, en proposant ce règlement, que les apprenants tentent ce qui nous semble le plus spécifique dans le judo, c'est à dire la projection.

Les pratiquants n'ont que quelques dizaines d'heures de pratique. Deux chances c'est pouvoir être audacieux. Dans le règlement officiel<sup>98</sup>, il n'y a qu'une chance. Doit-on appliquer ce règlement en EPS ?

Nous considérons le problème du point de vue de l'attaque, mené de 3 points (déséquilibre) s'il veut gagner aux points, un élève doit placer une projection, attaquer. Et pour permettre cela, nous lui laissons deux chances. L'activité des élèves nous conforte dans cette impression:

<sup>96</sup> "Qui creuse la 'fracture sociale' ?", Christian PRIGENT et François TANGUY, Libération des 20 et 21 avril 1996

<sup>97</sup> Pour les premières étapes, ce n'est pas la valeur liée à la partie du corps du projeté qui rentre en contact avec le sol (Cf. notes p. 34), que nous voulons faire apprécier aux apprenants mais l'intention de projection :

La mise en déséquilibre c'est :

une erreur de comportement de l'autre

une action des bras, sans engagement du corps pour projeter. L'adversaire met une main ou un genou au sol par exemple.

La projection c'est :

une utilisation globale du corps comme barrage pour faire tomber l'autre.

<sup>98</sup> Une remarque pour les combats de benjamins, le combat se gagne en deux ippons.

Dans cette forme de rencontre, on peut attaquer. Il n'y a pas d'éliminé (comme dans les compétitions en tableau), même après deux combats avec peu de points marqués ou encore deux défaites, il est encore possible de combattre en cherchant un nouvel adversaire.

Il s'agit bien d'aider l'élève à formuler un projet d'actions, de gérer le couple risque-sécurité:

Quel est l'adversaire que je vais pouvoir affronter ?

En effet sur deux combats, un combattant qui a gagné 4 fois par "sortie" marque 4 points. Avec une projection, mais c'est une attaque franche et forte un autre combattant peut marquer 10 points et avoir une meilleure note.

Notre parti pris pour les premiers cycles est le suivant:

La prise de risques pour projeter doit être motivante.

Cette forme d'évaluation est intéressante pour les premiers cycles judo, nous avons montré qu'il existe bien d'autres variables, pour progressivement amener les élèves à combattre avec les règlements officiels. Utiliser ces règlements en cours est un objectif de formation, mais pas le premier, et pas lors des premiers cycles<sup>99</sup>.

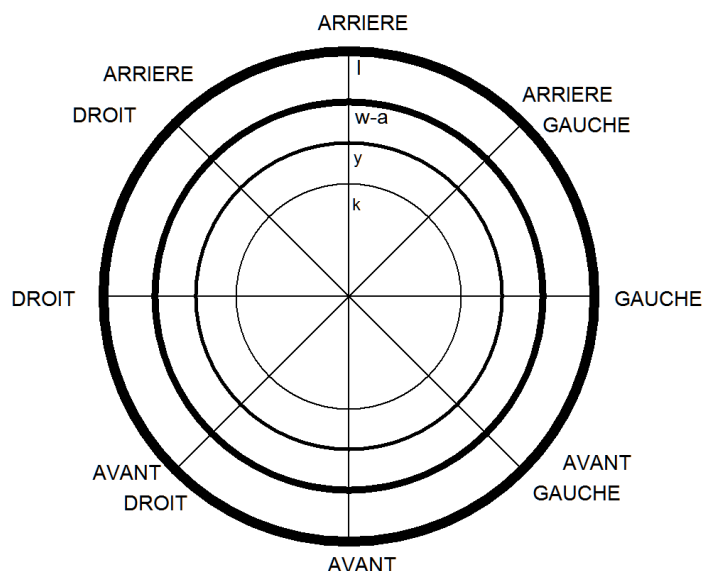
Après ces premiers cycles, nous pourrions envisager :

- la poursuite du travail au sol
- la continuité des actions dans le travail debout.
- L'évaluation tiendra compte de ces nouveaux savoir-faire<sup>100</sup>.

Nous voulons quand même dégager des pistes de travail pour une évaluation du travail debout avec des groupes particuliers de confirmés (UNSS, sections sportives, club).

Pour dégager les compétences d'un combattant il faut alors rechercher du côté de la mise en danger, de l'incertitude qu'un combattant crée par ses saisies, postures déplacements, systèmes d'attaques...

Nous pouvons relever, lors de plusieurs combats, les avantages marqués par l'un des combattants, leurs valeurs et leurs directions d'attaque sur une fiche en forme de cible<sup>101</sup>.



En regroupant les résultats, sur plusieurs combats avec plusieurs cibles, nous pourrions alors dégager un profil d'attaque, faire apparaître une maîtrise d'exécution.

Nous pouvons donc pour la partie opposition proposer une évaluation à partir de cibles prenant en compte la direction de la technique réussie et l'avantage accordé. Cela permettra d'établir un profil du combattant en tant qu'attaquant.

*La même fiche peut mettre en évidence les secteurs de défense à travailler (il suffira de relever les avantages concédés).*

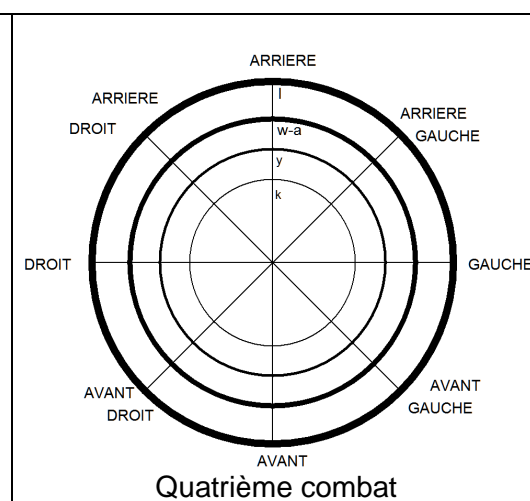
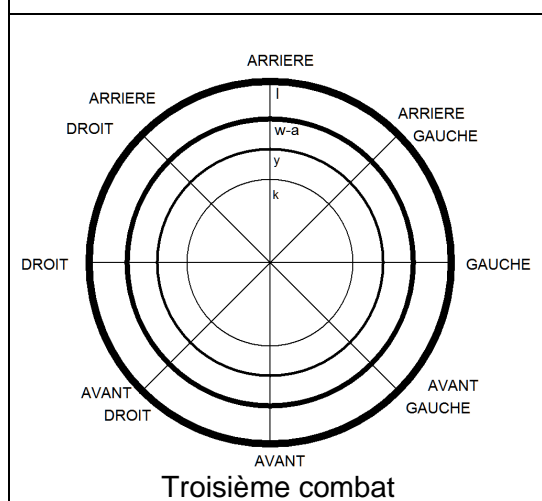
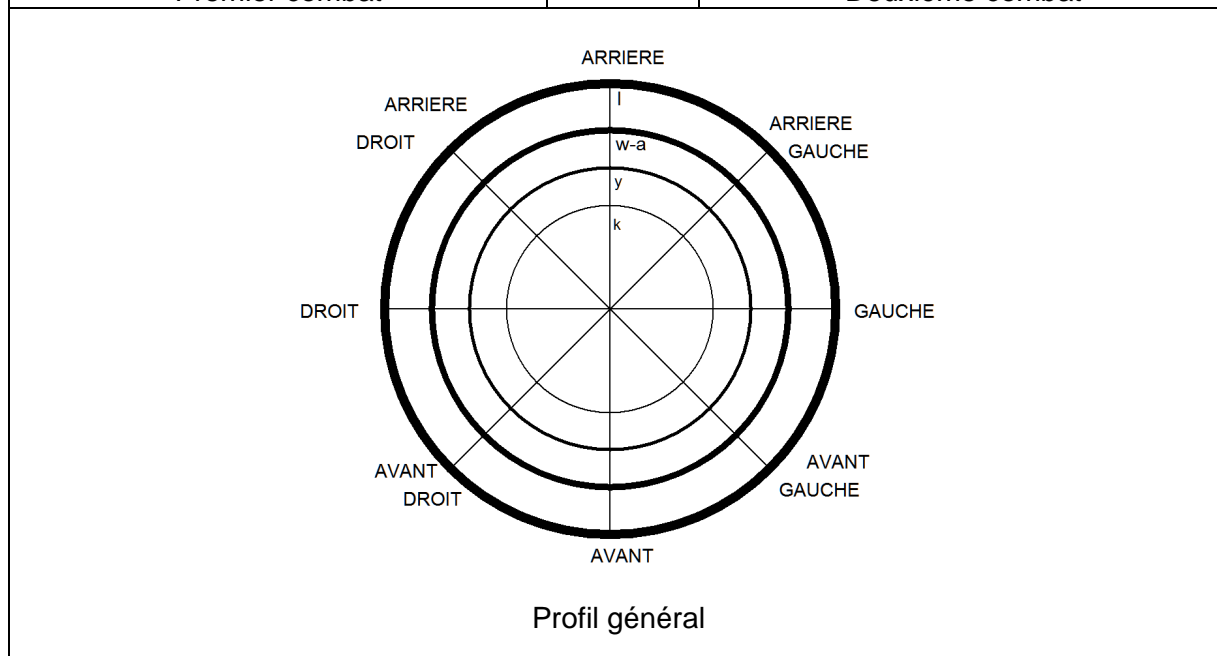
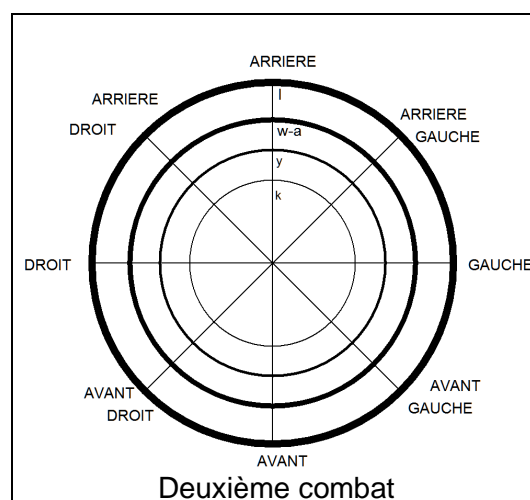
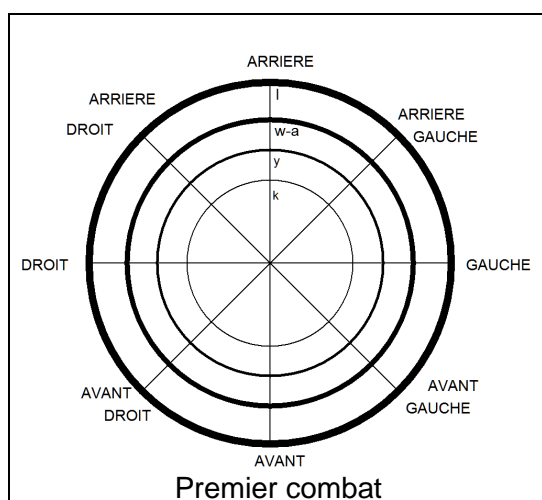
<sup>99</sup> Sauf, bien sûr, avec les groupes mentionnés ci-dessus.

<sup>100</sup> Le judo des 13-15 ans, 1983, FFJ, Paris

<sup>101</sup> Inspirés du document "Le judo des 13-15 ans" nous les utilisons régulièrement avec les étudiants depuis 1993, Janicot D. et pouillart G. la présente dans "Le Judo" (ed. Milan) p. 79.

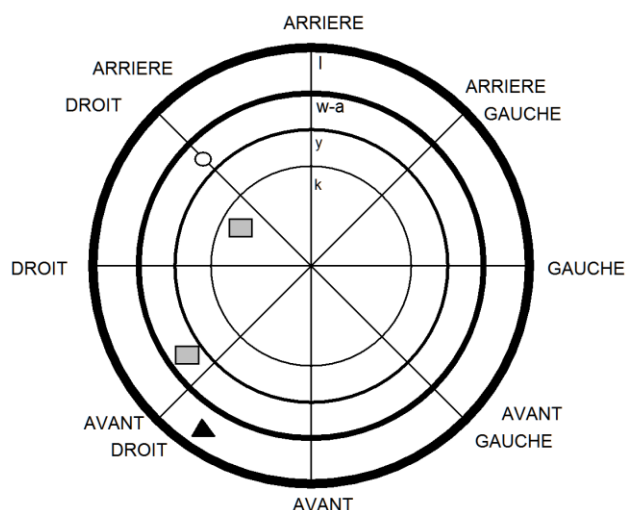
## EVALUATION - FICHE CIBLES

Pour élèves confirmés, pratiquant éventuellement les compétitions fédérales.



## ETUDE DE CETTE FICHE CIBLE

Exemple d'utilisation avec trois combats:



Les avantages des combats sont:

N° 1: en gris ■  
Koka sur o soto gari  
Waza-ari sur ippon seoï nage

N° 2: en blanc ○  
Waza-ari sur o soto gari

N° 3: en noir ▲  
Ippon sur ippon seoï nage

Pour ce judoka, le regroupement des avantages marqués montre deux directions d'attaque:

Arrière droit

Avant droit

Pour avoir un niveau d'incertitude opérationnel en compétition, il faut trois directions d'attaque ou plus.

Dans les formes d'entraînement (uchi komi ou yaku soku geiko)

Travail des bascules<sup>102</sup> avant droit et arrière gauche

Par exemple ippon seoï nage en relation avec o uchi gari

Travail des bascules arrière droit et avant gauche

Par exemple o soto gari avec sasaë tsuri komi ashi

Evaluation formative pendant l'entraînement, certificative en compétition UNSS, fédérale, passage de grades, etc. On trouvera en annexe, des fiches d'évaluation complémentaires tenant compte des avantages marqués en fonction du temps (p. 71).

Cette forme d'évaluation pour ces élèves confirmés peut nous intéresser dans nos cours d'EPS. Dans la détermination du "comment est établie cette performance lors des combats", nous pouvons évaluer comment l'élève utilise le règlement.

Par rapport à notre évaluation de fin de cycle, nous pouvons établir trois axes (chacune des façons de gagner) pour déterminer comment s'organise le combattant.

ORGANISATION DU COMBATTANT		
	<p>1 axe ⇒ coefficient = 0,8  2 axes ⇒ coefficient = 0,9  2 axes dont un &gt;=4 ⇒ coefficient = 1  3 axes ⇒ coefficient = 1,1  3 axes et 2 max &gt;=4 ⇒ coefficient = 1,2</p> <p>Gagner de façons différentes</p>	<p>Sur plusieurs combats, on pourrait mesurer la façon dont s'organisent les combattants.</p> <p>Ou bien en suivant leur fiche de gérer les différentes façons de gagner. On pourrait modifier le règlement et accorder plus de points à la sortie et au déséquilibre:</p> <p>Projection 10 points  Déséquilibre 7 points  Sortie 4 points</p>

<sup>102</sup> Pour évaluer les progrès sur le travail des bascules, voir la fiche en annexe p. 69.

De cette organisation on peut déterminer un coefficient pondérateur de la note obtenue en combat.

## DES AXES DE TRAVAIL POUR POURSUIVRE L'ACTION AU SOL OU DEBOUT

La poursuite de l'action au sol :

Quand la poursuite de l'action commencée debout se continue au sol, deux étapes s'enchaînent dans la pratique :

Première étape, la liaison debout-sol:

La suite du déroulement du combat au sol peut être traitée à partir d'un savoir combattre debout structuré:

- La projection est effectuée en conservant l'équilibre.
- L'adversaire n'est pas lâché pendant la projection.

Les projections et / ou les déséquilibres réalisés pendant le combat vont servir de point de départ. Dans l'échauffement, lors des éducatifs de chutes ("aller au sol à deux sans se lâcher") on introduira des contraintes supplémentaires:

Consignes pour aller au sol sans se lâcher	Contraintes supplémentaires pour engager la liaison debout-sol
Les deux à plat dos	L'un des deux doit revenir sur l'autre.
Les deux à plat ventre:	Un des deux doit retourner l'autre (sans opposition au début), et le contrôler en s'appuyant dessus.

Puis on pourra donner des consignes plus complexes, par exemple :

Un à quatre pattes, l'autre à côté:

Celui qui n'est pas à quatre pattes doit mettre l'autre sur le dos et le contrôler en s'appuyant dessus.

Dans les randoris, il y aura la possibilité de continuer le combat au sol en aménageant une progression pour respecter l'intégrité de celui qui est projeté ou déséquilibré:

- On pourra enchaîner au sol si on a assuré le contrôle de la projection ou du déséquilibre (équilibre sur un ou deux pieds, conserver la saisie).
- On pourra enchaîner au sol si on a assuré le contrôle de la projection ou du déséquilibre, bien qu'ayant mis une main ou un (les) genou(x) au sol<sup>103</sup>.

Une nécessité s'impose immédiatement pour assurer cette continuité:

*Tous les combats au sol, doivent inclure une phase de liaison debout-sol. Ils commenceront donc à partir d'une situation aménagée de combat debout.*

Quelques situations pour exemple:

Celui qui est debout engage l'action:		Celui qui est à quatre pattes engage l'action:
L'autre est un genou au sol:	L'autre est debout:	L'autre est au-dessus en appui sur la poitrine ou debout:
L'aménée au sol peut être effectuée: - en avant ou en arrière - sur un pied ou sur deux pieds - en attaquant le genou au sol ou l'autre jambe	La projection est effectuée sans impact: - vers l'avant ou vers l'arrière en posant un genou au sol	L'aménée au sol peut être effectuée: - en enroulant vers l'avant - en crochétant vers l'arrière

Deuxième étape, le travail au sol:

De la même façon que pour le travail debout, c'est à partir de l'aménagement de règlements que l'on développera les compétences dans le travail au sol. Toute saisie autour du cou sera interdite.

La première étape sera d'éviter une défense passive à plat ventre.

Pour développer des comportements de défense à quatre pattes, le règlement donnera l'avantage au combattant qui sera au-dessus de l'autre (que celui-ci soit à plat ventre ou à plat dos), si les jambes du dominant ne sont pas contrôlées par les jambes du dominé.

Premier règlement, pour gagner, il faut être au-dessus de l'autre (qu'il soit à plat ventre ou à plat dos), ne pas se faire contrôler les jambes par les jambes de l'adversaire.

<sup>103</sup> L'appui (main ou genou) est mis au sol pour conserver un équilibre et ne pas tomber directement sur l'autre. Il faut différencier cette action (protéger l'autre) de celle où l'appui supplémentaire permet la projection.



La poursuite de l'action debout :

L'adversaire agissant pour conserver son équilibre, il en résulte que chaque technique tentée n'amène pas la victoire.

Les apprenants savent :

Combattre avec des règlements différents  
(cf. contraintes d'actions, d'espaces, temps score p. 38 à 40)

Ils peuvent entreprendre les deux types d'actions suivantes :

#### Actions directes:

Savoir projeter quand l'adversaire pousse, tire, (tout droit, sur un côté, en cercle):

Les combattants ont les mêmes droits mais au signal:

Le combat est interrompu, l'un pousse ou tire (tout droit, sur un côté, en cercle) pendant 3", l'autre doit projeter pendant ces 3". Au signal suivant, les rôles sont inversés.

Savoir projeter quand on déplace vers l'avant ou l'arrière (tout droit, sur un côté, en cercle) l'adversaire:

Les combattants ont les mêmes droits mais au signal:

Le combat est interrompu, l'un déplace en avant ou en arrière [tout droit, sur un côté, en cercle] pendant 3" et doit tenter de projeter pendant ces 3", puis le combat reprend. Au signal suivant, les rôles sont inversés.

#### Actions enchaînées:

Savoir projeter quand l'adversaire bloque, esquive (Cf. fiche des bascules en annexe p. 70) :

Les combattants ont les mêmes droits mais au signal:

L'un attaque, l'autre bloque (ou esquive), le premier doit porter une autre attaque pour projeter.

Savoir projeter après avoir bloqué, esquivé une attaque de l'adversaire:

Les combattants ont les mêmes droits mais au signal:

L'un attaque, l'autre bloque (ou esquive) puis porte une autre attaque pour projeter.

Il s'agit bien d'actions et de réactions amenant la projection.

Les élèves débutants apprennent à combattre de façons variées

Les élèves informés et débrouillés vont combattre en plus avec des thèmes particuliers, pour développer les attaques directes ou les attaques enchaînées.

Les confirmés vont avoir :

- des thèmes de plus en plus précis, spécifiques.
- des contraintes de temps ou de répétitions de plus en plus importants.

Nous détaillons en annexe :

Les principes d'actions réactions (p. 71).

Les transformations de comportements (p. 71).



## CONCLUSIONS

Nous sommes parti du judo tel qu'il a été codifié (par un universitaire de haut rang, ne l'oublions pas) et tel qu'il est reconnu par ses spécialistes. Le judo contient deux types d'actions les randoris et les katas. Ce judo-là constitue un savoir savant<sup>106</sup>. Nous avons pris en compte deux traitements :

Le premier traitement consiste à dire qu'à partir de ce savoir savant on peut enseigner un savoir "faire contre" sans enjeu et un savoir "faire avec".

Le deuxième traitement consiste à aménager ce savoir "faire contre" et ce savoir "faire avec" pour le rendre accessible aux apprenants.

Ce double traitement rend nos propositions inhabituelles pour l'EPS. Inhabituelles car les propositions traditionnelles pour le groupement des activités de combat posent comme préalable que le savoir à enseigner est réduit au seul savoir combattre.

Nos propositions, pour ce deuxième traitement, intègrent les spécificités techniques, sociales, culturelles et historiques de l'activité, mais aussi les sensibilités et représentations des élèves. Nos élèves développent spontanément des comportements dans ces deux savoirs à enseigner. Nos étudiants spécialistes se prononcent pour une pratique dans laquelle il faut faire "en harmonie", les non-spécialistes intègrent le "faire contre et avec l'autre". Ceci nous semble correspondre à ce qu'est effectivement le judo.

Le peu d'heures consacré en EPS aux activités de combat ne doit pas nous faire brûler les étapes. Il faudra aménager avec les apprenants des situations pour étudier l'un et l'autre pôle.

Dans notre démarche, c'est à partir de situations d'opposition (combats avec projections) que les apprenants réussissent des projections. Ils coopèrent pour comprendre, fixer ces réussites et tenter de les réexploiter dans de nouveaux combats. Nous avons bien une suite dialectique :

### OPPOSITION – COOPERATION – NOUVELLE OPPOSITION

Nous devons dissocier la progression dans l'activité de l'activité elle-même.

La progression nous oblige à respecter l'intégrité des pratiquants.

L'activité permet de repérer les tâches spécifiques.

Le randori (combat sans enjeu de victoire) privilégie les buts d'apprentissages en opposition.

Le kata (exercice codifié à 2 sans incertitude) privilégie les buts d'apprentissages en coopération.

Le shiaï (combat avec enjeu de victoire) privilégie les buts de résultats en opposition.

Nous avons, dans notre plan de formation, "adapté des degrés de difficultés"<sup>107</sup> pour que l'élève progresse et donne du sens<sup>108</sup> à l'activité. Le "savoir des katas" a été reconstruit en vue de son appropriation par l'élève.

Avant d'apprendre à vaincre l'autre il faut d'abord mettre en évidence les valeurs sous-jacentes à l'activité (les règles d'or par exemple) et apprendre à s'affronter. Plus que le résultat, l'issue du combat doit permettre de dégager les axes de travail et de progrès, de réaliser des tâches spécifiques et de plus en plus riches.

Une formation en judo peut être caractérisée si :

- Elle est programmée sur plusieurs cycles et / ou sur le cursus de formation.
- Elle ne contient pas que des jeux d'oppositions ou d'entrée dans l'activité.
- Elle est pratiquée sur une surface adaptée conforme aux règles de sécurité.
- Elle est pratiquée à partir de situations debout.
- Elle permet d'évaluer la pertinence de la réponse de l'élève à une situation globale et ouverte.
- Les notions et relations de partenaires / adversaires sont clairement établies dès le départ.
- L'élève peut choisir librement ses adversaires pour les combats, lors des premiers cycles.
- Elle est n'est pas évaluée que sur des combats.

Cette analyse de l'activité judo nous permet de spécifier trois points :

<sup>106</sup> LEZIART Y. 1997, Savoir savant et transposition didactique, STAPS 43, PUG, 59-70

<sup>107</sup> CARIN Ph., 1998, Enseigner la géographie in Eduquer et former, Ruano-Borbalan JC., Sciences Humaines, Auxerre, p. 271 - 272

<sup>108</sup> Rochex J.Y., 1996, Rapport des jeunes au système éducatif aujourd'hui, Paris, EPS 262.

1) UN CADRE THEORIQUE QUI S'ARTICULE EN TROIS ETAPES <sup>109</sup> ET TROIS RUPTURES :

ETAPES	OBJECTIFS	PLAN DE FORMATION	RUPTURES
<b>Phase motivationnelle</b>	Eveiller l'intérêt par des situations spécifiques attrayantes.  Sécuriser. Combattre de façon adaptée.	Savoir entrer dans l'activité de façons diverses  Apprendre à chuter de façons diverses <i>pendant que l'on</i> Apprend à combattre debout sans projeter	<b>1ère rupture :</b>  Vivre des situations d'équilibre / déséquilibre impossibles à réaliser sans partenaire.
<b>Phase d'étude</b>	Combattre pour comprendre et structurer le(s) combat(s), les projections réussies.  A partir des réussites: - Construire les directions de projection - Etablir le principe de projection - Identifier les espaces d'intervention, de projection  Stabiliser les acquis: - Parcours de projection - Démonstrations, de techniques de projection avec un partenaire qui crée des contextes différents.	Savoir s'opposer dans le combat ou l'interrompre  Savoir combattre debout de façons diverses, sans et avec projections.  Se construire : - Différentes saisies, différentes techniques de projection en fonction du contexte du combat - Une classification de ces techniques <sup>110</sup> - Des actions de défenses - Une saisie permettant d'attaquer et de défendre  Mettre en relation son propre comportement et le comportement de l'adversaire  Diriger un combat : - Arbitrer des combats avec des règlements différents - Identifier différentes actions	<b>2ème rupture :</b>  Interrompre le combat après chaque projection <sup>111</sup> .  Ceci amène concrètement des échanges entre combattants. On peut engager un travail de l'intelligibilité de l'action une fois l'action faite <sup>112</sup> .  Une hypothèse, serait que l'apprenant utilise ses mémoires <sup>113</sup> de travail et des mémoires à moyen terme.
<b>Phase de maîtrise</b>	Adéquation des objectifs et de la pratique.  Affronter des partenaires différents et tenter et / ou réussir des actions identiques ou différentes.	Savoir, dans des contextes différents, projeter de façons diverses un partenaire  Remplir ses fiches d'auto-évaluation  Faire un bilan, se fixer des objectifs de progrès  Combattre dans le cadre d'un tournoi où les buts de tâches sont prioritaires par rapport aux buts de résultats.  Arbitrer des combats.  Equilibrer le rapport nombre de combats, nombre d'arbitrages.	<b>3ème rupture :</b>  Opposition et coopération <sup>114</sup> sont évaluées ou jugées.  Les feuilles de rencontres sont individuelles. Elles font le bilan des compétences de chaque individu et non le classement de ces individus.

Ces étapes se retrouvent tout au long de la formation, et dans notre tableau ci-dessus, par rapport au plan de formation, il s'agit d'un travail de 50 à 60 heures, soit 4 à 5 cycles en EPS.

<sup>109</sup> Best F. 1973, Pour une pédagogie de l'éveil, Armand Colin, 4 ed, Paris

Dhellemes R. et coll. 1990, L'enseignement des activités athlétiques en milieu scolaires : des pistes pour l'innovation, AEEPS, Paris  
Bui-Xuan G. 1994, Une modélisation du procès pédagogique, In Enseigner l'EPS, AFRAPS, Clermont-Ferrand

<sup>110</sup> Cf. classification prenant en compte les directions de projections, le nombre d'appuis du projeteur, s'il soulève ou non le projeté, s'il de dos ou de face, etc. Calmet M. Gouriot M., 1987, Didactique judo en milieu scolaire, CDDP Beauvais, p 21 - 22, Brousse M. 1994, op. cit. p 87

<sup>111</sup> Aurore G. D1 97/98 : "C'est une bonne idée de refaire ces prises réussies, car bien souvent, pour les débutants, on a du mal à se rendre compte du mouvement qui a déclenché la chute."

Pauline R. D1 97/98 : "Que ce soit moi ou mon adversaire qui chute, il n'y a jamais de perdant, car même si l'on tombe plus souvent que l'adversaire, on gagne à apprendre la prise, donc on n'a pas tout perdu."

<sup>112</sup> Rochex J.Y., 1996, op.cit.

<sup>113</sup> A. Baddeley, op. cit., M. MEUNIER & coll., op. cit., TIBERGHEN Guy, op. cit.

<sup>114</sup> Les notions de coopération et duo apparaissent depuis une décennie (Calmet M. Gouriot M. op. cit.) (Calmet M. 1991, Mémoire INSEP)  
Brousse M. 1991, Enseignement du judo et EPS, Paris, EP.S N° 228, p 37  
Calmet M. Patinet C. 1993 Duos-duels, EP.S 239, p 64-67  
Terrise A. et coll. 1995 Le savoir combattre essai d'élucidation, EP.S 252, p 26  
Lavie F. Meuley Ph. 1995, Pour un aménagement optimal de l'opposition, EP.S 256 p 74  
Margnes E. 1997 Combat debout, apprentissage des conventions, EP.S 264, p 15

Nous pourrions après avoir construit des bases solides (valeurs et gestuelle), aborder la continuité des actions, la poursuite du combat au sol, les enchaînements debout, etc.

Les jeux et situations attrayantes sont toujours et souvent (tout le temps) nécessaires. Faire émerger la nécessité d'un savoir spécifique (la technique) l'est tout autant. Nous parlons de la technique des élèves, celle qu'ils opérationnalisent et qui a un sens pour eux. C'est à partir de cette technique que l'enseignant organisera des situations d'apprentissages pour que l'apprenant emboîte au mieux les connaissances ultérieures, un peu à la manière d'un puzzle qui n'est au départ connu que de l'enseignant.

Il faudra d'abord ajuster les représentations de l'enseignant et de l'apprenant, puis l'amener à sélectionner une pièce parmi celles qui constituent un point (élaboré par l'enseignant) d'entrée logique dans l'activité. Les étapes suivantes vont permettre à l'apprenant de choisir / trouver les bonnes pièces afin de les emboîter correctement. La difficulté vient du fait que les deux puzzles celui de l'enseignant et celui que l'élève est en train de se construire ne sont pas parfaitement identiques. Il faut donc que :

- l'enseignant spécifie bien "l'image" globale de l'APS, qu'elle reste spécifique et accessible
- l'apprenant ajuste cette "image" à la sienne
- que le découpage proposé par l'un soit compris par l'autre (et réciproquement)

Le rôle de l'enseignant est d'ajuster ces deux logiques de construction<sup>115</sup>. Nous nous situons bien sur des méthodes d'éducation actives (voire interactives, l'enseignant et l'apprenant sont parties prenantes). L'apprenant peut trouver, retrouver, faire la composition de choses connues pour être acteur de sa formation.

Les méthodes actives d'éducation et la notion de sport de combat de préhension (SCP) ont permis de prendre un parti éducatif<sup>116</sup> (Brousse M. 1994) différent de l'ancienne méthode d'enseignement du judo. La technique peut être élaborée par les apprenants, à partir des situations de combat. Il faut s'appuyer sur ces réussites pour explorer d'autres voies de réussite et de progrès pour les élèves et dépasser le terme de SCP. C'est un produit sémantiquement scolaire<sup>117</sup> qui masque les différences avec les références culturelles. Nous pouvons utiliser les conceptions historiques du judo (faire contre sans enjeux et faire avec) pour comprendre que ce faire avec peut être intégré au faire contre, que loin de dénaturer l'activité judo, il en permet une étude complète. Le traitement didactique de cette partie de l'activité judo peut enrichir les voies diversifiées de réussite en EPS. Des champs d'études :

- Apprendre à faire contre de façons scolairement adaptées, sont bien étudiés.
- Apprendre à faire avec de façons scolairement adaptées, sont encore à étudier.
- Apprendre à simuler le faire contre ou le faire avec, sont encore à étudier.

## 2) DES ARTICULATIONS DANS LA CONSTRUCTION DU PROGRAMME EPS DE L'ETABLISSEMENT.

Les champs d'études (apprendre à faire contre et apprendre à faire avec, de façons scolairement adaptées) peuvent nous permettre de construire autrement les projets EPS dans les établissements.

Nous différencions les sports de combat des autres A.P.S. par leur logique et leur histoire mais aussi par les étapes d'apprentissage. Si en athlétisme R. Dhellemmes et coll. (1990), caractérisent les trois étapes suivantes:

Fonctionnelle	Performance	Technique
---------------	-------------	-----------

Pour des raisons de sécurité et de progrès, en judo nous inversons les deux dernières étapes:

Motivationnelle	Technique	Performance
-----------------	-----------	-------------

Le projet EPS de l'établissement pourra mettre en évidence un équilibre de fonctionnement :

Diverses activités sont proposées aux élèves, les contenus sont différents, mais les étapes d'apprentissage aussi. L'athlétisme, peut mettre en évidence des voies de progrès, grâce à la technique, après des phases de recherche de performance(s). Le judo peut mettre en évidence des voies de progrès, en articulant des phases de travail technique et des phases de recherche de performance(s).

<sup>115</sup> PEREZ JC. (1989) De nouvelles voies vers l'intelligence artificielle, Masson

<sup>116</sup> Brousse M. 1994, La technique ou l'ordre du combat, Paris, Dossiers EP.S N°19, p 80-89

<sup>117</sup> Davaisse A. 1996, Les brûlures de l'EPS in Ce qui s'apprend en EPS, Actes du colloque SNEP, SNEP FSU, Paris, p 102

### 3) DES POSSIBILITES POUR REUTILISER LES SAVOIRS APPRIS DANS D'AUTRES APS

Le champ d'études (apprendre à simuler le faire contre ou le faire avec) peut nous amener à construire un objet scolaire original, celui-ci a toute sa place à l'intersection de deux groupements d'activités le combat et les pratiques artistiques<sup>118</sup>.

Baser l'enseignement du judo sur des alternances opposition-coopération, mettre en avant les finalités (solidarité, sécurité) pour organiser une pratique ayant du sens et justifier la nécessité de la technique nécessitait de rappeler les fondements historiques<sup>119</sup> de l'activité. Nous ne pouvons nous satisfaire en EPS d'une approche exclusivement conçue au travers du filtre médiatique du sport de compétition.

Ces savoirs acquis en judo pourront pour la partie opposition être réutilisés aisément dans les autres sports de combats (lutte, escrime, kendo scolaire<sup>120</sup>) tant pour ce qui est de la réalisation que de l'appréciation / identification que de la gestion. Il n'y a là rien de bien nouveau, c'est une forme de réutilisation classique.

Par contre, ces savoirs en opposition sont liés aux savoirs en coopération et c'est là que nous pouvons accrocher des briques de notre puzzle de formation. En effet il sera facile de passer des démonstrations de techniques debout à des mises en scènes de combats, aux cascades de cinéma. Le monde de l'expression est accessible<sup>121</sup>, il pourra de plus intégrer un savoir-faire acrobatique, développé lui en gymnastique. Nous nous situons bien à un carrefour<sup>122</sup> de l'EPS.

#### **Pour répondre au titre :**

Le judo en établissement scolaire, quelles voies en EPS ?

Si judo peut être traduit par voie de la souplesse, c'est en général de la pratique dont-il s'agit. Mais cette traduction est valable aussi pour l'enseignement du judo. L'enseignant pourra agir avec les variables définies ci-dessus pour équilibrer ses contenus d'enseignement.

Nous proposons une voie d'équilibres dynamiques pour tenter d'apporter la meilleure formation à nos apprenants.

---

<sup>118</sup> Le rapprochement existe déjà dans le monde des pratiques artistiques. Dans les rubriques "techniques" de la revue Danser, nous avons  
 Le Kalarippayat, septembre 1995, N° 136  
 L'aïkido, octobre 1995, N° 137  
 Le Taï chi, janvier 1996, N° 140

<sup>119</sup> D'autres activités sont concernées par la prise en compte de leur histoire, la natation par exemple TERRET T (1996) Histoire des sports, Paris, L'Harmattan :51-85.

<sup>120</sup> Les trois coups du kendo, op.cit.

<sup>121</sup> Ce n'est rien de le dire pour nous enseignants qui n'avons pas eu d'instruction en danse lors de notre cursus scolaire et de notre formation initiale.

<sup>122</sup> Duos-duels, Calmet M., Patinet C., op. cité.

# ANNEXES

## ORGANISATION DES CYCLES

De façon générale, une formation en judo peut être caractérisée si:

- Elle est programmée sur plusieurs cycles et / ou sur le cursus de formation.
- Elle ne contient pas que des jeux d'oppositions ou d'entrée dans l'activité.
- Elle est pratiquée sur une surface adaptée conforme aux règles de sécurité.
- Elle est pratiquée à partir de situations debout.
- Elle permet d'évaluer la pertinence de la réponse de l'élève à une situation globale et ouverte.
- Les notions et relations de partenaires / adversaires sont clairement établies dès le départ.
- L'élève peut choisir librement ses adversaires pour les combats, lors des premiers cycles.
- Elle est n'est pas évaluée que sur des combats.

### CYCLES 1 ET 2

Types d'acquisitions	Connaissances et savoirs à enseigner	Acquisitions attendues des élèves	Situations de référence	Rappel des compétences visées
<b>REALISER</b>	<p>Combattre avec un adversaire dans un cadre d'opposition donné (Judo, Sumo, Lutte, debout).</p> <p>Coopérer avec un partenaire dans un cadre d'opposition donné pour progresser.</p> <p>Accepter de chuter de différentes façons: seul en étant projeté.</p>	<p>Travailler (en opposition ou coopération) dans l'espace proche ou intime de l'autre.</p> <p>Acquérir une tonicité générale qui permettra de s'opposer à l'autre.</p>	<p>Combat dans une aire matérialisée avec un règlement qui différencie les actions sur le corps de l'autre. La sortie de l'aire de combat n'ayant pas le même statut que le déséquilibre, la projection</p> <p>Parcours de projection avec un partenaire. Dans ce parcours les déplacements et directions d'attaques sont imposés.</p>	<p>Gagner des combats de manières différentes</p> <p>Exécuter différentes formes de projection et de contrôle.</p> <p>Exécuter différentes projections vers l'avant et vers l'arrière.</p>
<b>IDENTIFIER APPRECIER</b>	<p>Identifier le but de l'activité: Agir sur le corps de l'autre</p> <p>Identifier l'espace de combat</p> <p>Différencier les actions des combattants.</p> <p>Différencier ses propres actions avec : un adversaire un partenaire</p>	<p>Identifier les résultats d'un combat.</p> <p>Décrire les actions: attaquant défenseur passif</p> <p>Se reconnaître: attaquant défenseur passif</p>	<p>Arbitrer la situation de référence.</p> <p>Juger le parcours de projection.</p>	<p>Identifier différentes formes de projection, de contrôle.</p> <p>Refaire une technique de projection ou de contrôle avec un partenaire.</p>
<b>ORGANISER GERER</b>	<p>Gérer l'affectivité, moduler sa force en tant que: adversaire ou partenaire avec un plus fort ou un plus faible que soi.</p> <p>Chercher des actions de projections ou de contrôles différentes.</p> <p>Gérer son attitude du début à la fin d'un combat.</p>	<p>Accepter les différents rôles: combattant, partenaire arbitre spectateur</p> <p>Participer à l'organisation des combats, d'un tournoi.</p>	<p>Cf. combat global.</p> <p>Cf. parcours de projection.</p> <p>Tournois de combats.</p>	<p>Gérer sa fiche d'évaluation. Gérer des fiches d'évaluation.</p> <p>Gérer les fiches des tournois.</p>

## CYCLES 3 ET 4

Types d'acquisitions	Connaissances et savoirs à enseigner	Acquisitions attendues des élèves	Exemple dans une activité:
<b>REALISER</b>	<p>Combattre...</p> <p>Coopérer...</p> <p>Accepter de chuter...</p> <p>Agir pour orienter le déplacement du couple: Notion de couples de forces</p>	<p>Passer d'un équilibre individuel à un équilibre à deux.</p> <p>Manipuler un solide déformable.</p> <p>Tenter des actions (directement) adaptées à la situation. Entrer dans le schéma de l'autre.</p>	<p>Chutes...</p> <p>Gagner des combats...</p> <p>Exécuter des techniques de projections différentes adaptées à des actions (poussées, tirés, tournoyés) différentes avec un partenaire.</p> <p>Pousser, tirer, faire tournoyer l'autre pour l'obliger à se déplacer.</p> <p>Résister par symétrie à ces actions.</p>
<b>IDENTIFIER APPRECIER</b>	<p>Identifier l'espace de combat.</p> <p>Identifier les forces mises en jeu par les combattants.</p> <p>Identifier les types de combat.</p>	<p>Identifier son équilibre, celui de l'adversaire dans l'espace de combat.</p> <p>Identifier la direction de l'action d'un combattant observé, d'un adversaire affronté, leurs blocages, leurs esquives.</p> <p>Identifier les parties du corps agissant lors de l'exécution d'une action.</p> <p>Différencier le combat d'entraînement du combat de tournoi.</p>	<p>Identifier l'espace par rapport au plan des épaules de l'adversaire ou du partenaire (avant / arrière).</p> <p>Identifier différentes formes de projection, de contrôle.</p> <p>Copier une technique chez d'autres combattants.</p> <p>Refaire une technique de projection ou de contrôle avec un partenaire.</p>
<b>ORGANISER GERER</b>	<p>Gérer l'affectivité...</p> <p>Chercher des actions...</p> <p>Gérer son attitude...</p> <p>Choisir un partenaire d'entraînement.</p>	<p>Accepter les différents rôles...</p> <p>Participer à l'organisation...</p>	<p>Gérer sa fiche...</p> <p>Gérer des fiches...</p> <p>Gérer les tournois...</p>

## CYCLES 5 ET 6

Types d'acquisitions	Connaissances et savoirs à enseigner	Acquisitions attendues des élèves	Exemple dans une activité:
<b>REALISER</b>	<p>Agir pour orienter le déplacement du couple...</p> <p>Percevoir l'attitude de l'autre.</p> <p>Développer des continuités dans l'action.</p>	<p>Anticiper la force, la réaction de l'autre.</p> <p>S'adapter ou s'imposer.</p> <p>Passer de l'utilisation de la vue à l'utilisation de la proprioception.</p> <p>Faire entrer l'autre dans son schéma.</p>	<p>S'adapter à la poussée, tirée, tournoyé de l'autre par l'esquive de ces forces.</p> <p>Utiliser différentes saisies.</p> <p>Une saisie permet des actions dans des directions différentes.</p> <p>Enchaîner des actions dans l'opposition.</p> <p>Construire des enchaînements libres avec un partenaire.</p>
<b>IDENTIFIER APPRECIER</b>	<p>Identifier l'espace...</p> <p>Identifier les forces mises en jeu...</p> <p>Prendre des indicateurs pertinents sur les actions des autres.</p>	<p>Identifier les capacités d'un adversaire dans le combat ou en le regardant combattre, pour mieux l'affronter.</p> <p>Identifier les capacités d'un partenaire pour construire au mieux un enchaînement de techniques.</p>	<p>Identifier l'espace par rapport au plan des épaules de l'adversaire ou du partenaire et par rapport à son axe vertical (avant droit / avant gauche / arrière droit / arrière gauche).</p> <p>Verbaliser les actions: Si l'adversaire me pousse (me tire)... Alors...</p>
<b>ORGANISER GERER</b>	<p>Gérer l'affectivité...</p> <p>Chercher des actions...</p> <p>Gérer son attitude...</p> <p>Choisir un partenaire ...</p> <p>Organiser des tournois de niveaux homogènes.</p>	<p>Accepter les différents rôles...</p> <p>Participer à l'organisation...</p> <p>Regrouper des élèves de forces comparables.</p> <p>Gérer des tactiques d'actions en fonction de situations caractéristiques.</p>	<p>Gérer sa fiche...</p> <p>Gérer des fiches...</p> <p>Gérer les tournois...</p>






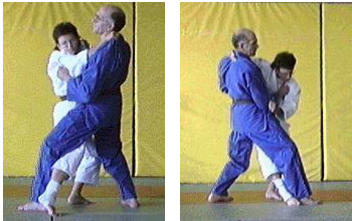
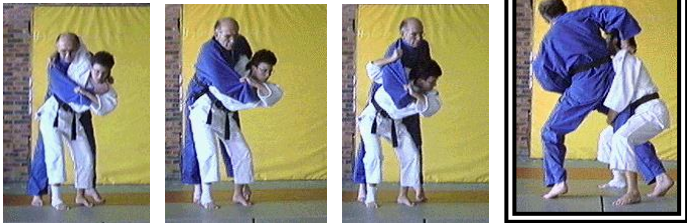



## REGLEMENTS JUDO - LUTTE - SAMBO

ACTIVITE	REGLEMENT			DUREE
	Victoire et arrêt du combat	Avantages - Pénalités	Remarques	
<b>Judo</b> Ju= souplesse Do= voie Tenue = judogi ou kimono Inventé en 1882 au Japon par Jigoro Kano FFJ en 1946 1er J.O. à Tokyo en 1964 admis en 1972 à Munich (H), Barcelone en 1992 (F) Grades = ceintures de couleurs jusqu'au 1er dan (noire)	Ippon: (10 points) Projection sur le dos, avec force et vitesse Immobiliser 30" l'adversaire dos orienté vers le tapis, sans qu'il tienne une (ou les) jambes avec les siennes Abandon sur clef de bras ou étranglement 2 waza-ari valent ippon Hansoku maké Disqualification de l'adversaire par pénalité(s)	Avantages Waza-ari: (7 points) Projection à laquelle il manque un facteur (pas complètement sur le dos, pas assez fort ou vite) Immobilisation de 25" à 29" Yuko: (5 points) Projection sur le côté, dos vers le tapis Immobilisation de 20" à 24" Koka: (3 points) Projection sur les fesses ou la cuisse (dos vers le tapis) Immobilisation de 10" à 19" Pénalités au nombre de 4, équivalentes par ordre croissant aux avantages (shido, chui, keikoku, hansoku maké): pour non-combativité, pas d'attaques debout pendant 20" à 30" sortie de l'aire de combat gestes dangereux interdits	En cas d'égalité, la décision est donnée à la majorité des trois arbitres. Les combattants qui ne sont pas encore cadets n'ont pas le droit de pratiquer les clés de bras et les étranglements. Ils n'ont pas le droit de saisir directement le pantalon pour projeter Si un combattant passe de la position au sol à la position debout, le combat est stoppé, puis redémarre debout	5mn pour les seniors (H), 4 mn pour les seniors (F) En passage de grades les combats durent de 2' (1er dan) à 4' (4è dan)
<b>Sambo</b> Abréviation de: "Samozaatchita" = auto-défense "Bez Ourougia" = sans armes Synthèse des styles de combats des provinces d'URSS en 1933 Tenue = Kurka (veste) Trusi (short) chaussures souples et ceinture FFASS en 1985 Grades = ceintures de couleur jusqu'au 1er degré (noir)	"Victoire totale" Projection sur le dos en restant debout Soumission de l'adversaire sur clé de bras ou de jambe Ecart de 12 points techniques	Avantages Projections sur: le côté le ventre les fessiers Immobilisation sur le dos 20" = 4 points techniques (valable une fois dans le combat)	Clés de bras et de jambes, mais pas d'étranglement. L'immobilisation peut se faire en ayant les jambes contrôlées.	6 mn pour les seniors (H)
<b>Lutte</b> Tenue = maillot de lutte à bretelles et chaussures montantes Existe depuis des millénaires J.O. dès les 1er en 1896 à Athènes	"Tombé" Il est obtenu en tenant, le temps de l'observation par les juges, l'adversaire sur les épaules ou les omoplates. Supériorité technique s'il y a 15 points techniques d'écart	Les projections (sauf sur le ventre) rapportent des points Au sol: - la mise en danger, orientation du dos de l'adversaire rapporte 2 points - le bloqué derrière rapporte 1 point - le retour debout permet d'obtenir un départ de combat en bloqué derrière, donc 1 point Pénalités La non combativité est sanctionnée	La lutte Gréco-romaine se différencie de la lutte libre par l'interdiction de la saisie et de l'utilisation des jambes pour projeter, contrôler, etc. La lutte collège donne le 'tombé' sur 2", et interdit la ceinture arrière en souplesse	5 mn pour les seniors (H)
<b>Sumo</b> Tenue = mawashi Grades : de Jonokuchi (non classé) à Ozeki (champion) et Yokozuna (Grand champion) Existe depuis des millénaires	Déséquilibre ou projection: Le sumotori qui touche le premier le sol autrement qu'avec ses pieds a perdu. Sortie: Un appui avec une partie du pied hors de la paille	Pas d'avantage L'aire de compétition est le dohyo, carré de 7 m de côté, surélevé de 0,64m. L'aire de combat est un cercle de 4,55m de Ø.	Après la victoire on annonce le nom du vainqueur et de la technique utilisée pour vaincre	Le combat dure jusqu'à la victoire d'un rishiki (lutteur).

ACTIVITE	REGLEMENT			DUREE
	Victoire et arrêt du combat	Avantages - Pénalités	Remarques	
<b>Escrime</b> Fleuret Arme de pointe  Epée Arme de pointe  Sabre Arme de tranchant, de contre tranchant et de pointe	Au nombre de touches et / ou au temps.	<p>Surface valable: le tronc. Extension de cette surface lorsqu'elle dissimulée à la partie non valable. Convention: en cas d'actions simultanées la priorité est donnée à l'attaque (attaque - riposte)</p> <p>Surface valable: tout le corps. Convention: la priorité est donnée au tireur qui allume le premier la lampe. En cas d'actions simultanées, on déclare qu'il y a coup double.</p> <p>Surface valable: tout le corps au-dessus des plis formés par les cuisses et le tronc. Conventions: priorité donnée à l'offensive, si elle est exécutée en allongeant le bras et en menaçant continuellement la surface autorisée de l'adversaire</p>	<p>Piste de 14m de long et de 2m de large, poids &lt; 500g, lame de 0,90m maxi</p> <p>Piste de 18m de long, 2m de large, poids &lt; 770g, lame de 0,90m maxi</p> <p>Piste de 14m de long et de 2m de large, poids &lt; 500g, lame de 0,88m maxi</p>	
<b>Kendo</b> Tenue = veste: keikogi pantalon: hakama armure: bogu casque: men cuirasse: do tablier: taré gants: koté sabre = shinai  Existe depuis des centaines d'années, codifié à la fin du XIX <sup>e</sup> siècle.	2 ippons arrêtent le combat	<p>Le ippon est obtenu si la frappe:  - en taille est exécutée avec la partie valable du sabre (dernier quart), sur une des parties de l'armure.  - en pointe est exécutée sur la protection de la gorge ou dans certains cas sur la partie supérieure de la cuirasse.  - est accompagnée d'un cri, et exécutée avec tout le corps en équilibre.</p> <p>Pénalités:  pertes de l'arme, sortie de l'aire de combat, actes défendus</p>	<p>La surface de compétition est un plancher, la surface de combat est un carré d'environ 9m de côté.</p> <p>Les combattants tiennent l'arme main droite en haut, il y a 3 arbitres par combat.</p>	4 ou 5 minutes, prolongation si égalité.

## FICHE CLASSIFICATION DES PROJECTIONS

Cette classification se fait par rapport à la direction de projection (avant ou arrière) et par rapport au nombre d'appuis de celui qui fait chuter (du plus simple, 2 appuis sans soulever vers le plus complexe 1 appui en soulevant).

Vers l'avant	Vers l'arrière
Sur deux appuis sans soulever	Sur deux appuis sans soulever
	
Sur un appui sans soulever	Sur un appui sans soulever
	
Sur deux appuis en soulevant	Sur deux appuis en soulevant
	
Sur un appui en soulevant	Sur un appui en soulevant
	

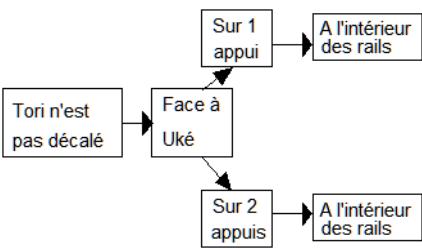
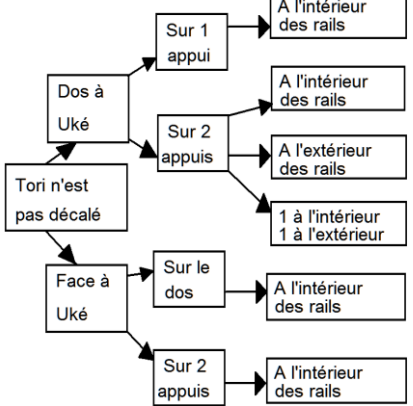
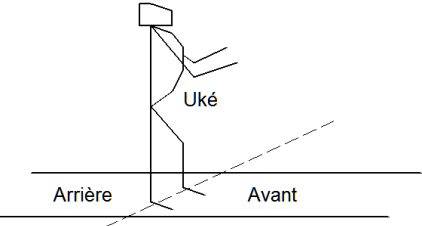
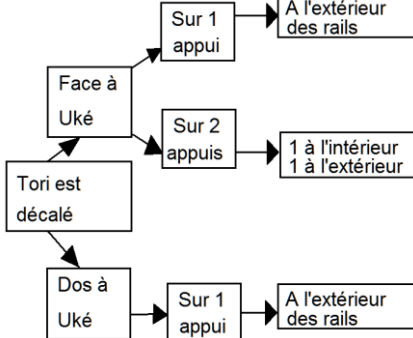
Tori (blanc) : Catherine Pillard  
Uké (bleu) : Michel Lecorre

L'encadrement en double trait spécifie des techniques pour lesquelles la saisie aux jambes est autorisée.

## Exemple de classification par le règlement :

	L'action se fait:	En utilisant tout le corps	En utilisant une ou des parties du corps	Tout le corps adverse est cible	Une partie du corps est cible	Exemples
Les sports de préhension <sup>123</sup>	Directement sur le corps de l'adversaire	oui	oui	oui	oui	Lutte libre Lutte gréco-romaine
	Directement ou avec un vêtement	oui oui		oui	oui	Judo, Sambo Judo jusqu'aux cadets
Les sports mêlant la préhension et la percussion		oui		oui		Boxe Française, Sumo, Boxe thaï
	Sans instrument	oui	oui	oui	oui	Te kwondo, Karaté Boxe Anglaise
Les sports de percussion <sup>124</sup>	Avec instrument <i>dans son entier</i>		oui		oui	Sabre
	Avec instrument <i>une partie de l'arme est utilisable</i>		oui	oui		Epée
			oui		oui	Fleuret, Kendo

Exemple de classification par la description des projections<sup>125</sup> :

Uké chute vers l'arrière	Japonais		Uké chute vers l'avant	Japonais
	Haraï tsuru komi ashi O uchi gari Ko uchi gari Ko soto gake De ashi baraï  Moroté gari			Uchi mata Haraï goshi Hané goshi  Seoï nagé O goshi Koshi guruma  Taï otoshi  Kubi nagé Soto maki komi Uki goshi  Tomoé nagé Sumi gaeshi Ura nagé  Kata guruma
				
	O soto gari O soto otoshi  Tani otoshi Waki otoshi Yoko gake  Sukui nagé			Sasaë tsuru Komi ashi Hiza guruma  Uki otoshi  O guruma Ashi guruma

<sup>123</sup> Les actions sur le cou ou la nuque sont interdites

<sup>124</sup> Deux types de percussions sont repérés : les frappés en boxe et les touchés en escrime

<sup>125</sup> Calmet M. Gouriot M., 1987, Didactique judo en milieu scolaire, CDDP Beauvais, p. 22

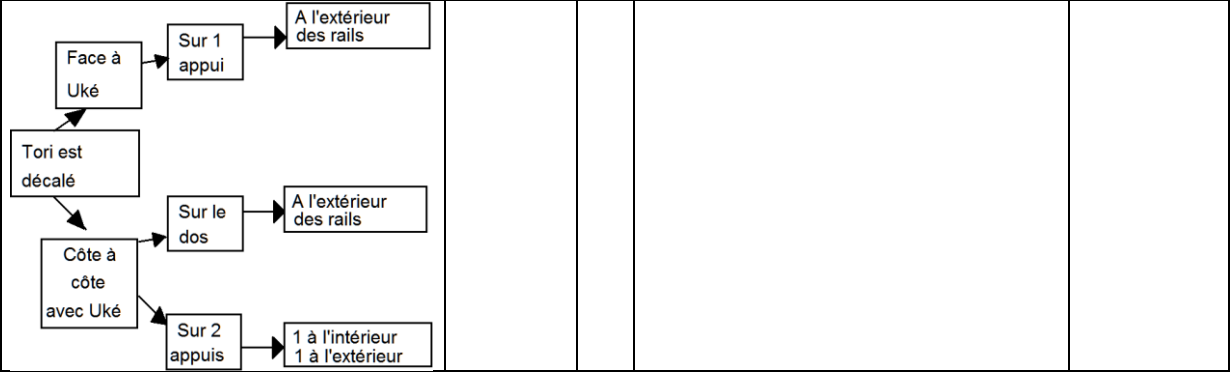
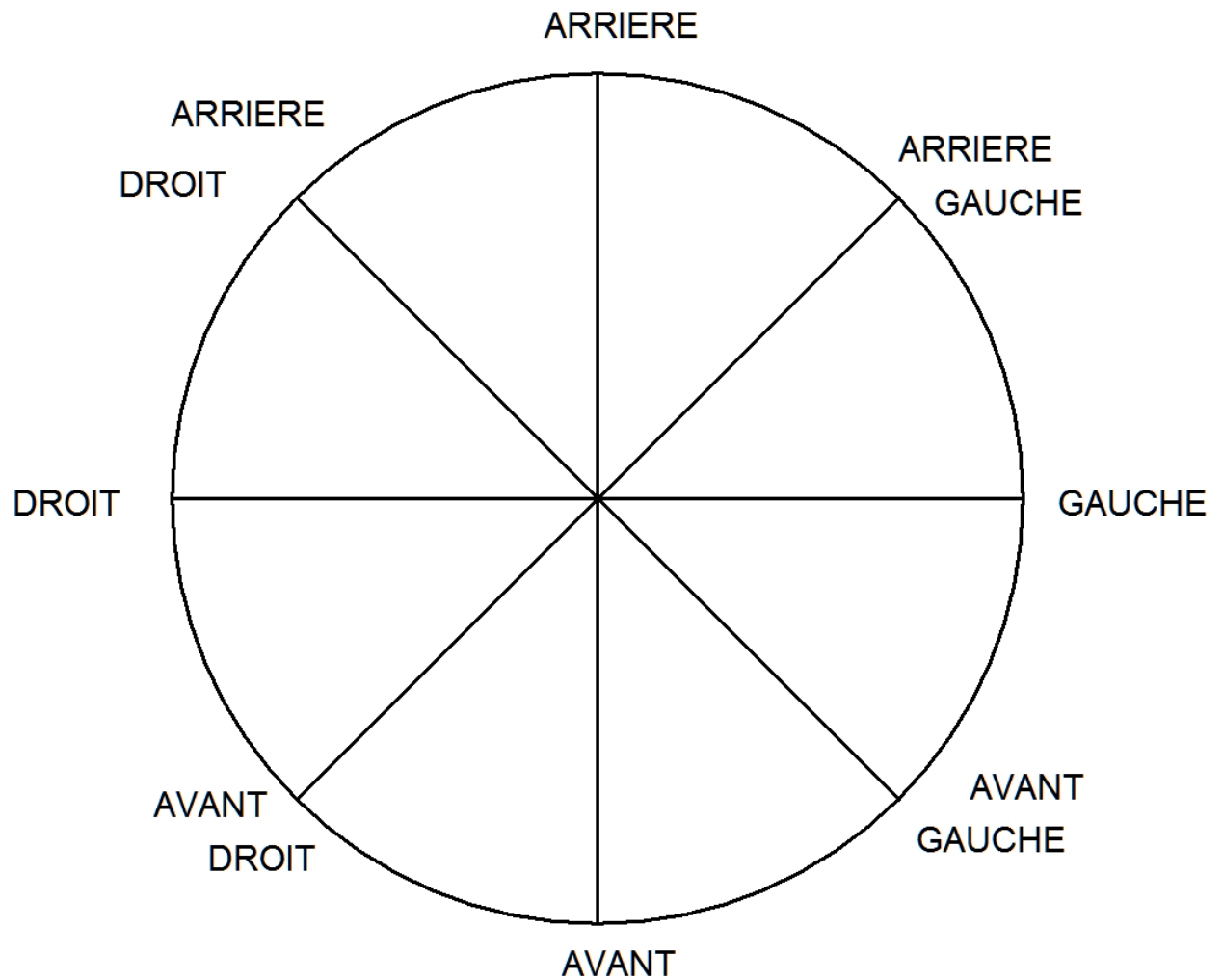


TABLEAU RECAPITULATIF DES SAVOIRS

Savoirs		Débutant	Informé	Débrouillé
Savoir chuter	Opposition	Garde deux appuis pédestres au sol. Se retient à l'autre. La chute interrompt l'opposition	Accepte de perdre un ou deux appuis pendant la chute. Celle-ci est claquée	Il y a des tentatives et / ou quelques réussites de reprises d'attaques pendant la chute
	Coopération	Fait des chutes roulées, mais pas bloquées. La frappe des bras précède ou suit l'arrivée du dos au sol	Va au sol de différentes façons. Tient sa tête dans les chutes. La frappe est synchrone	Se lance pendant la chute. Peut faire autre chose en l'air.
Savoir combattre	Opposition	Combat mais confond les différents règlements.	Sait pratiquer 3 à 4 formes de combat.	Sait pratiquer 4 à 5 formes de combat. Connaît des points communs à ces diff. combats.
	Coopération	Ne différencie pas le combat à thème du combat "complet".	Respecte les différents rôles et joue le "jeu" pour l'autre. Passe bien des phases d'opposition aux phases de coopération.	L'opposant peut devenir partenaire de formation à tout instant, pour expliquer ou demander une explication.
Savoir s'opposer	Opposition	Combat épisodiquement et au-dessus de ses moyens. Moins de 5 minutes	Combat 10 minutes environ. Gagne de façons différentes mais plus par sorties et déséquilibres.	Combat en aérobic, gagne de façons différentes: les projections sont plus nombreuses.
	Coopération	Passe d'un état tout bloqué à un état passif pour permettre à l'autre d'agir.	Repren la position de déséquilibre pour permettre à l'autre de refaire la prise	Recontextualise le moment précédent l'exécution de la technique de projection
Identifier les espaces	Opposition	Combat dans l'espace proche.	Combat épisodiquement dans l'espace intime. Les corps sont en contact lors de l'attaque. Se remet face à l'autre.	Se met dans une posture autorisant des alternatives. Prend des angulations vis à vis de l'autre
	Coopération	La ligne de contact des corps adverse reste latérale.	La ligne de contact avec le corps adverse passe dans le dos	La ligne de contact avec le corps adverse décrit une surface sur le corps de celui qui projette
Se construire différentes saisies	Opposition	Mains en appui sur les biceps	Une main au bras, une main au niveau de l'épaule ou du pectoral	Une main au bras, l'autre main se positionne selon le statut (attaquant ou défenseur) et / ou la technique envisagée
	Coopération	Les mains saisissent un bras et le dos par-dessus ou par-dessous le bras de l'autre	Commence à saisir au niveau des jambes pour projeter en soulevant	Tout le corps de l'autre peut-être saisi. Une seule saisie permet de réaliser plusieurs prises.
Se construire différentes techniques de projection. Une classification de ces techniques.	Opposition	Les techniques utilisant les jambes sont privilégiées. Reste face à l'adversaire	Tourne le dos, et utilise la jambe pour projeter.	Utilise la hanche et le dos pour projeter en avant.
	Coopération	Différencie les prises qui font chuter en avant de celles qui font chuter en arrière. Respecte le principe de projection	Intègre avant arrière et en soulevant et sans soulever.	Projette sur un appui ou deux appuis, en soulevant en avant et en arrière.
Se construire des actions de défenses	Opposition	Repousse à distance et bloque. La défense se fait surtout par rupture de contact.	Dégage par esquivé les jambes attaquées. Déséquilibre l'opposant dans le sens opposé à l'attaque.	Esquive ample dans le sens de l'attaque. Abaisse le CDG Contrôle l'attaque et contre-attaque par symétrie d'action.
	Coopération	Par esquivé dans le sens de l'attaque	Par contrattaque symétriques	Contrôle l'attaque et garde le contact avec l'autre pour relancer des actions
Se construire Une saisie permettant d'attaquer et de défendre.	Opposition	La saisie est surtout un appui pour repousser l'autre et éloigner ses appuis	Elle permet l'attaque, les poussées, tirées, tournoyés.	Elle permet de surpasser celle de l'adversaire.
	Coopération	Ote la saisie de l'autre pour attaquer.	Crée des déséquilibres et les exploite avec la même saisie	S'engage dans la saisie de l'autre pour attaquer
Projeter de façons diverses un partenaire.	Opposition	Une direction de projection (arrière-côté).	Deux directions (arrière-côté et avant-côté), mais le secteur angulaire est de l'ordre de 45°.	Différenciation nette avant-arrière.
	Coopération	Hésite dans le parcours de projection Connaît 3 à 4 techniques	Adapte la saisie avant le déplacement et la projection. Connaît 5 à 7 techniques	Modifie la saisie pendant le déplacement. Connaît 8 techniques ou plus
Mettre en relation son comportement et le comportement de l'adversaire.	Opposition	C'est l'attaque envisagée qui organise l'action	Utilise différentes actions (poussées, tirées, tournoyés) avant d'attaquer.	Tente et réussit des techniques qui prennent en compte l'action de l'autre.
	Coopération	Réussit mieux le parcours de projection si c'est lui qui déclenche le déplacement	Réussit le parcours de projection avec un partenaire qui déclenche l'action	Dans le parcours de projection, surpasse l'attaque adverse pour attaquer en avant
Arbitrer Gérer un combat	Opposition	Attaques et contre-attaques, projections et déséquilibres sont encore mal différenciés.	Connaît plusieurs règlements. Désigne le vainqueur sans regarder la fiche	Rectifie sans être perturbé, Est entendu par les combattants
	Coopération	Regarde alternativement les couples	Ne prend en compte que un ou deux critères	Justifie son avis sur 3 à 4 critères.

### Travail des bascules



1) Savoir exécuter des techniques avec un partenaire dans le maximum de directions.  
Ecris le nom des techniques que tu peux réaliser.

2) Quelles sont les techniques que tu utilises en randori. Souligne les noms.

3) En définissant la réaction de Uké, quels sont les enchaînements que tu peux travailler ?

## LE PRINCIPE ACTION REACTION<sup>126</sup>

Basé sur le fait qu'en combat, toute action de l'un entraîne presque toujours une réaction de l'autre. Tant dans le travail debout que dans le travail au sol.

Analysant ce principe, on se rend compte qu'en l'UTILISANT, on peut:

Premier cas : UTILISER LA REACTION DE L'ADVERSAIRE

Deuxième cas : UTILISER en REACTION, L'ACTION DE L'ADVERSAIRE

### PREMIER CAS : UTILISER LA REACTION DE L'ADVERSAIRE

Dans ce premier cas, TORI FAIT UNE ACTION QUI PROVOQUE UNE REACTION DE L'ADVERSAIRE, réaction exploitée par TORI :

a) TORI fait COMPLETEMENT UNE ATTAQUE qui provoque une réaction de UKE pour ne pas chuter. TORI exploite cette réaction. C'est le principe des COMBINAISONS.

(à noter que les COMBINAISONS sont fonction des DEFENSES)

b) TORI SIMULE UNE ACTION qui provoque une réaction de UKE, immédiatement utilisée par TORI. C'est le principe des CONFUSIONS.

*Dans ce PREMIER CAS, la première action vient de TORI.*

### DEUXIEME CAS : UTILISER EN REACTION, L'ACTION DE L'ADVERSAIRE

Dans ce deuxième cas, UKE FAIT UNE ACTION, UTILISEE EN REACTION PAR TORI.

a) UKE FAIT COMPLETEMENT UNE ATTAQUE que TORI contrôle puis contre en réaction. C'est le principe des GO NO SEN (contre-prise)

b) UKE AMORCE UNE ACTION immédiatement utilisée en réaction par TORI. C'est le principe des SEN NO SEN (attaque dans l'attaque)

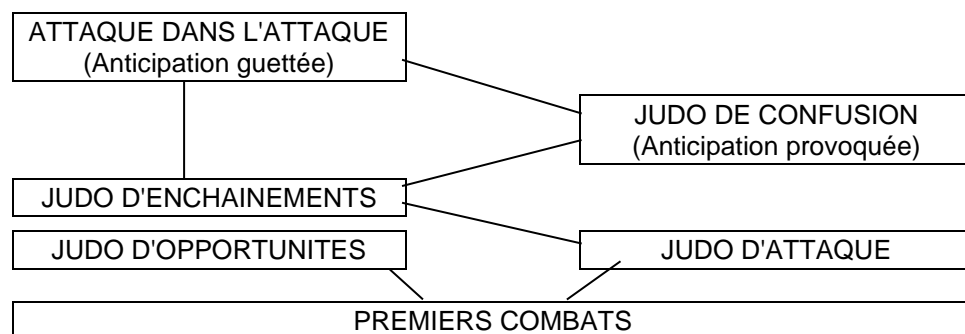
*Dans ce DEUXIEME CAS, la première action vient de UKE.*

Quatre formes de travail sont possibles:

COMBINAISONS    CONFUSIONS    CONTRES    SEN NO SEN

## LES TRANSFORMATIONS DE COMPORTEMENTS<sup>127</sup>

ENTRER DANS LE SCHEMA DE L'AUTRE    FAIRE ENTRER L'AUTRE DANS SON SCHEMA



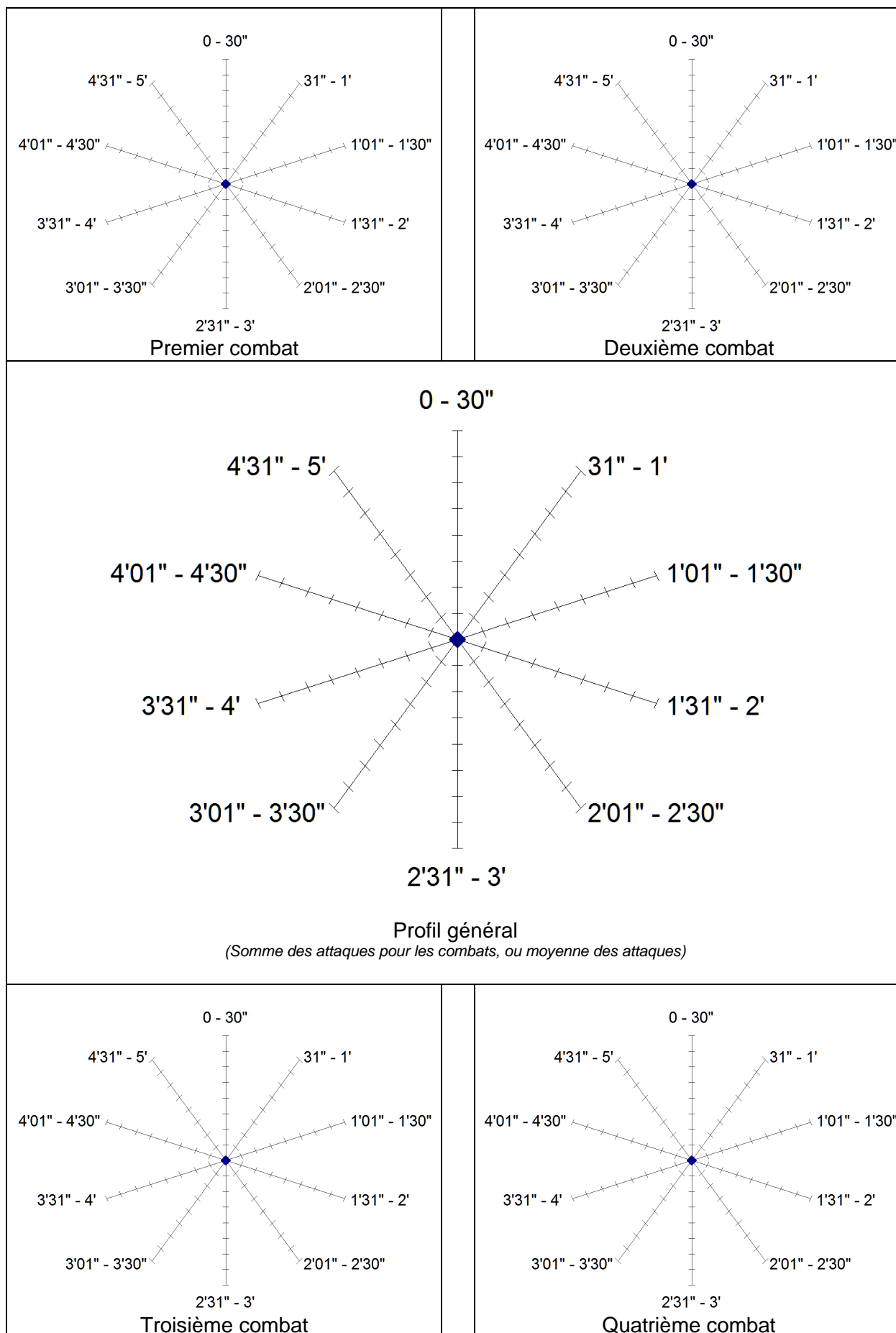
<sup>126</sup> FFJDA, Stage National, Boulouris 1987

<sup>127</sup> Calmet M. Gouriou M. 1987, Didactique judo en milieu scolaire, p. 8



### Evaluation - Fiche d'observation

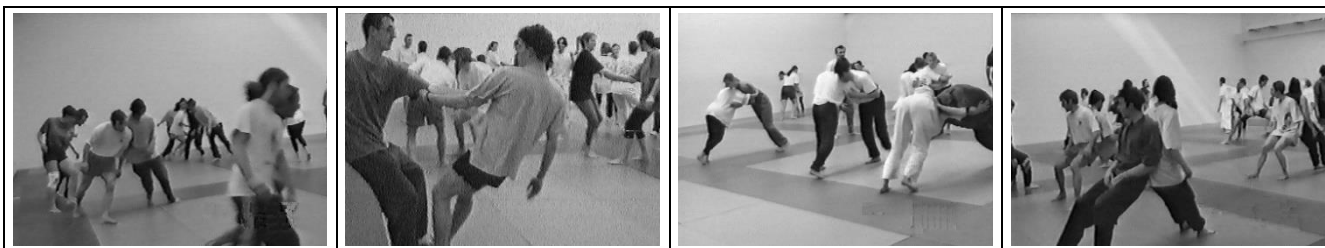
Comptabiliser les attaques durant un combat par tranche de 30".



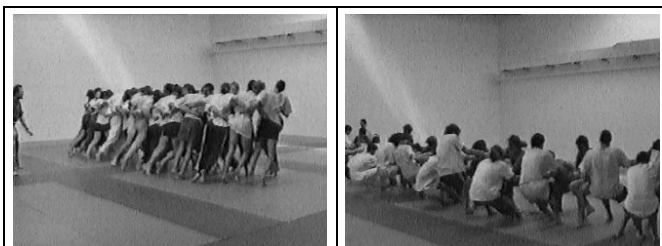
## ECHAUFFEMENT

Composés d'éducatif sur les situations de poussée-tirée, de jeux, de luttues variées

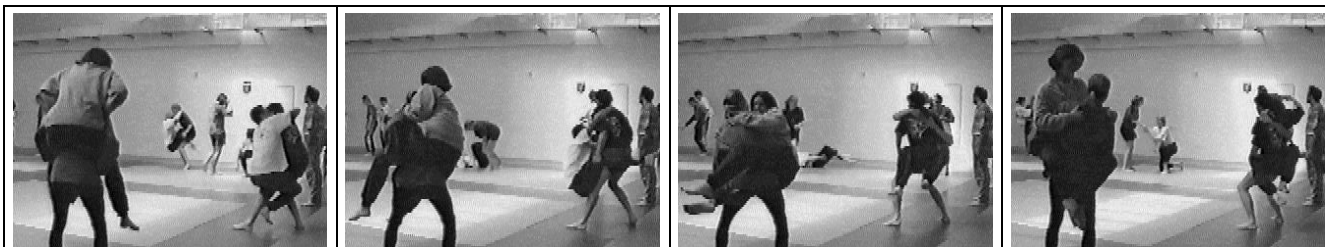
Des déplacements en déséquilibre, en appui sur l'autre, grâce à l'autre. On pourra greffer sur ces situations des actions, des actions-réactions, des chutes.



Des poussées, des tirées en équipe, avec des territoires à défendre.



Des portés statiques, en déplacements, en tournoyant en se déplaçant. Ici passer de la position sac à dos, à la position sac à ventre pour revenir à la position sac à dos.

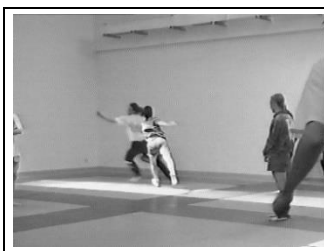


Des formes de luttues variées, pour lesquelles les espaces de combat sont différents.



Kendo-scolaire  
pique-épingle,  
touche dos-genoux

**Les directions de projections et le principe de projection étant compris, il est possible de:**  
pratiquer le jeu de la sorcière:



La sorcière a un pouvoir magique. En touchant un participant, elle le paralyse. A la fin de l'exercice, les non touchés font un exercice de chute. La sorcière projette tous les 'touchés' de façon libre ou avec des contraintes.

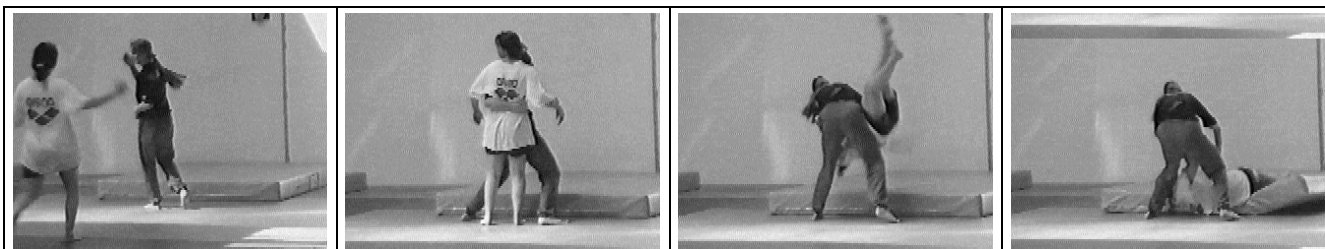
Des aménagements possibles:

- toucher le plus possible en un temps donné (15" à 30").
- toucher le plus vite possible X (3 à 5) participants (record à battre pour les suivants).
- faire chuter dans une direction donnée, avec une partie du corps imposée, avec un nombre d'appui imposée, avec une saisie imposée, etc.

La contrainte était: projeter en avant en soulevant.






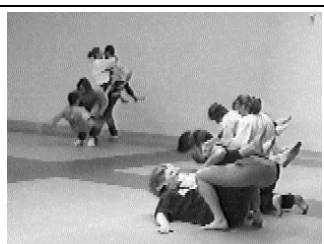
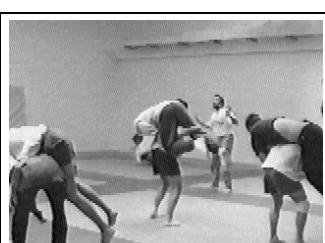


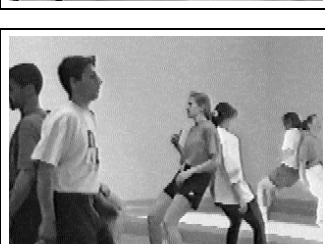
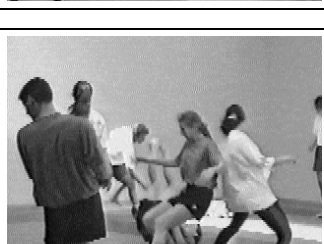
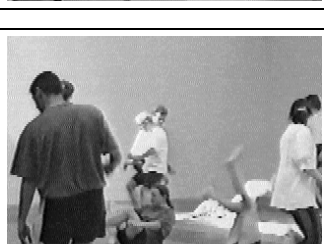




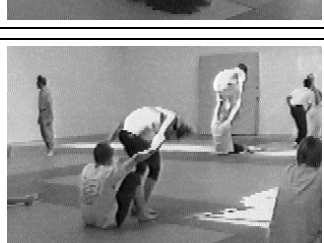




pratiquer les sprints chutes

Au signal le premier arrivé dans la zone a le droit de faire chuter son partenaire sur les tapis de mousse. Les aménagements sont: les positions de départ (de dos, accroupis, à plat ventre, etc.) et les contraintes de projections.



## DIFFERENTS EXERCICES DE CHUTES

Les portés vont développer un savoir contrôler une charge lourde en se déplaçant (en tournoyant) pour apprendre à s'équilibrer avec la charge que représente le partenaire. On peut les terminer par des amenés au sol, ou chutes.

			'Sac à dos' :
			'Sac à ventre' :
			'Porté sur les épaules' :
			Percevoir l'autre sur poussée de dos, esquiver pour le laisser rouler, puis chuter. (variante de face):
			Faire la roue en prenant appui avant l'autre, variante après l'autre
			Sauter entre les bras et par-dessus l'autre, rouler sans lâcher ses mains, inverser les rôles:
			Sauter par-dessus l'autre, quand il fait une roulade avant groupée :

## QUELQUES DIFFERENTES LUTTES SANS PROJECTION

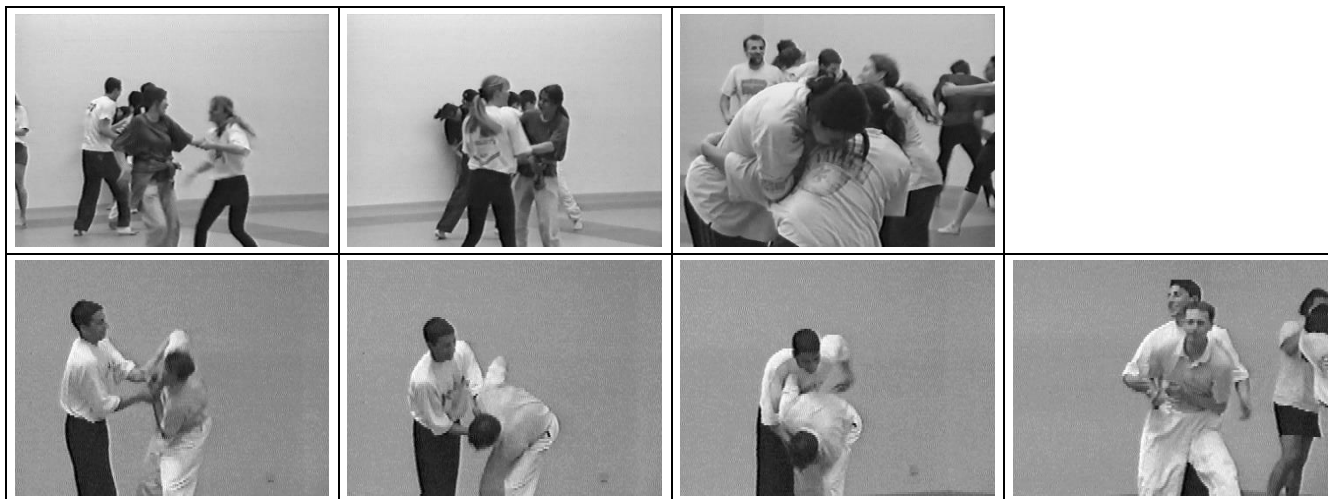
Elles permettent aux pratiquants :

D'acquérir l'état de tonicité musculaire pour affronter l'autre.

De se forger un vécu sur l'équilibre du couple debout en situation d'opposition

### Lutte 'Anglaise' :

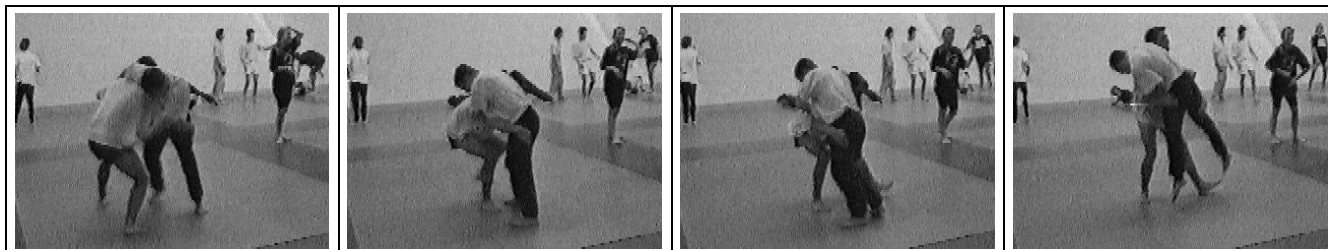
Pas d'accrochages de jambes ni de projection, la victoire s'obtient en touchant le dos adverse avec sa poitrine:



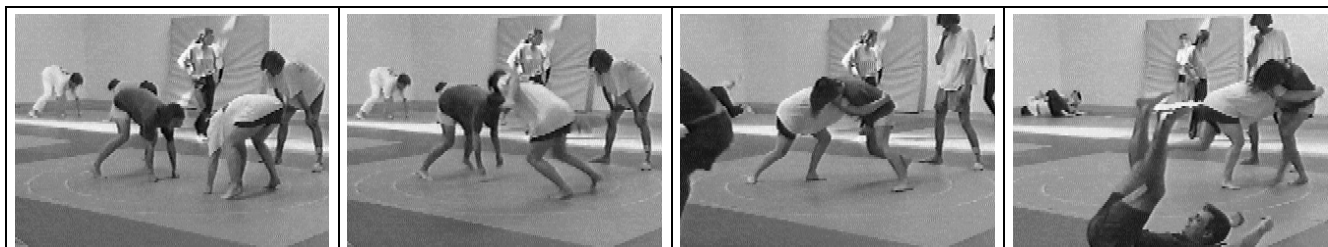
### Lutte 'Turque' :

Décoller l'autre du sol, pas de projection

La mythologie grecque nous en propose un exemple avec le combat Hercule contre Antée)



**Sumo sans projection**, sortir l'autre du cercle ou lui faire prendre appui avec la (les) main(s) ou le(s) genou(x) :



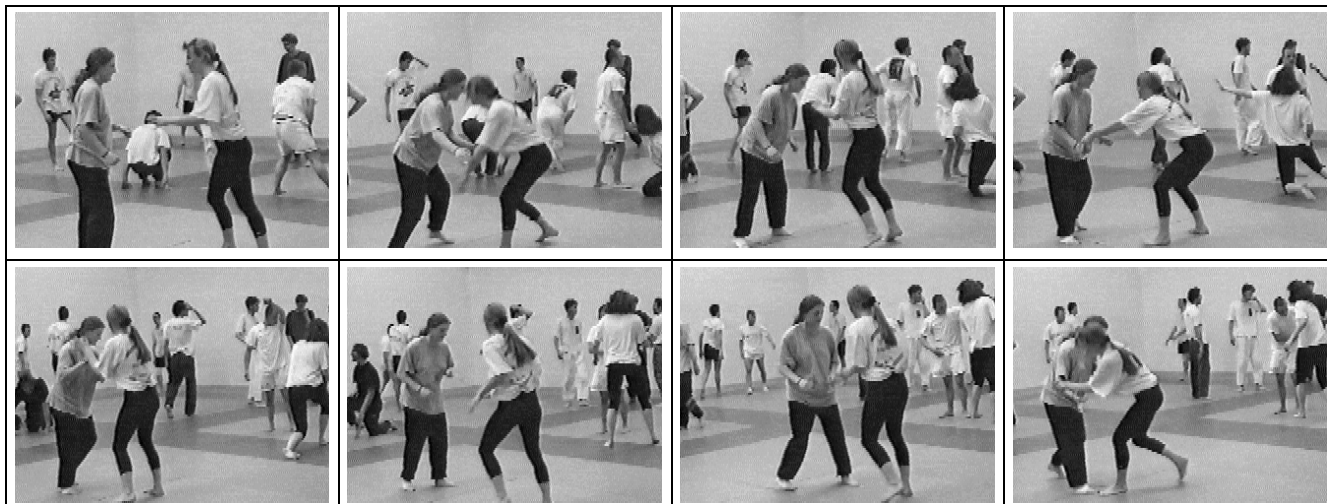
Tous les règlements de lutte vont fournir des variables utilisables:

Boxe:	interdit de tourner le dos à son adversaire
Lutte gréco-romaine:	interdit d'attaquer sous la ceinture d'utiliser les parties sous la ceinture pour attaquer
Judo benjamins:	interdit d'attraper les jambes avec les mains les accrochages jambes jambes sont permis.

## STRUCTURER LES PREMIERS COMBATS EN ALTERNANT OPPOSITION - COOPERATION

### Action réussie EN OPPOSITION :

Phases de ruptures et de contacts (caractéristiques chez les débutants) avant l'action 9" environ dans ce cas:



L'action de projection 1,3" environ:



### Refaire EN COOPERATION la technique 'retrouvée'

(pas de phases de rupture-contrat, durée à partir du contact, 2,5" environ)



**Cette forme de travail (opposition - coopération) permet pour les débutants:**

- de fixer des buts de tâches (et non des buts de résultats) lors des premiers combats.
- d'activer la mémoire à court terme, pour mieux retenir ce qui a été réussi dans le combat.
- d'avoir dans le groupe classe une phase dans laquelle tout le monde chute.

**L'apprenant doit être capable de comprendre que la technique:**

- fait chuter en arrière, à l'aide de la jambe droite.
- est exécutée, lors d'une reprise de contact, sur un (puis deux) appui(s), sans soulever l'adversaire.

**Le principe de projection est 'vérifié'; l'attaquant:**

- a engagé une partie de son corps (jambe droite) entre son adversaire et l'endroit où il a chuté.
- a produit, de plus, une action des bras pour réussir la projection.



## LE PARCOURS DE PROJECTIONS

Issu des actions réussies en combat (celles de l'apprenant et celles du groupe). Grâce à elles, les directions de projections et le principe de projection ont été abordés. Le parcours de projections sera un moyen pour renforcer, stabiliser ces points.

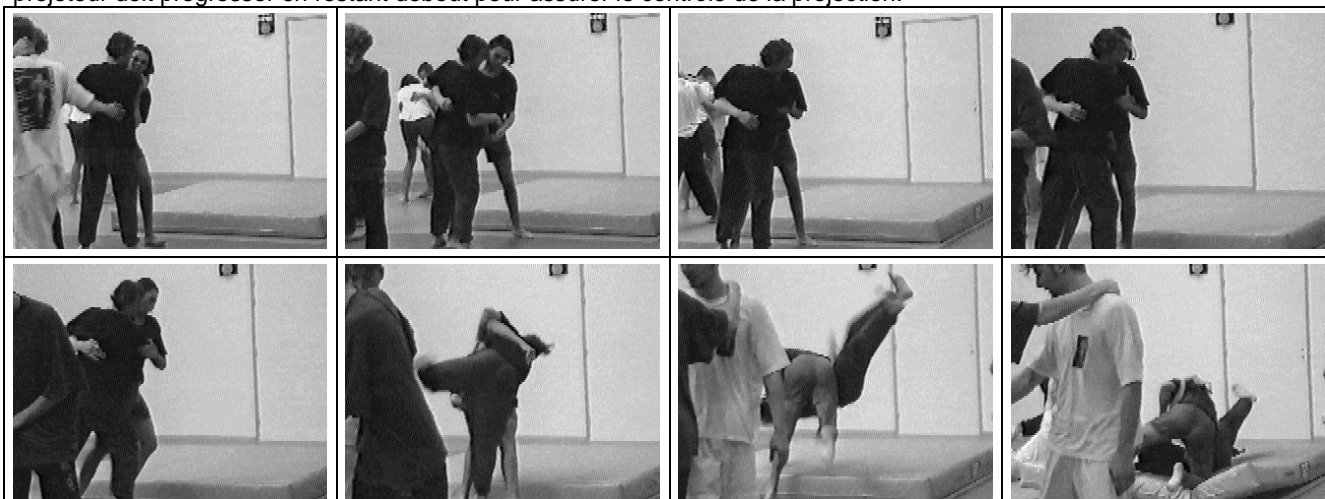
### Sur avancée du partenaire :

La hanche et la jambe gauche vont servir de 'barrage', la saisie main gauche passe de l'épaule au dos, la saisie main droite reste fixée au bras gauche du partenaire. La projection est réalisée sur un appui en soulevant le partenaire.



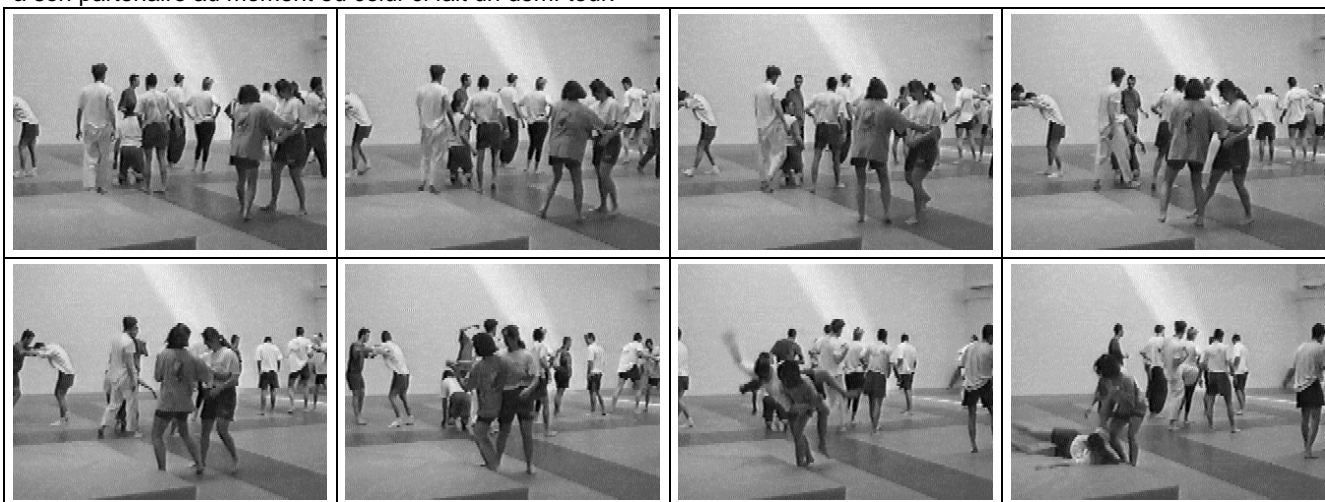
### Sur avancée du partenaire :

La hanche et la jambe droite vont servir de 'barrage', la saisie reste main droite au dos et main gauche au bras droit du partenaire. La fin de la projection s'effectue sur un appui, en soulevant le partenaire (ses deux appuis décollent). Le projeteur doit progresser en restant debout pour assurer le contrôle de la projection.



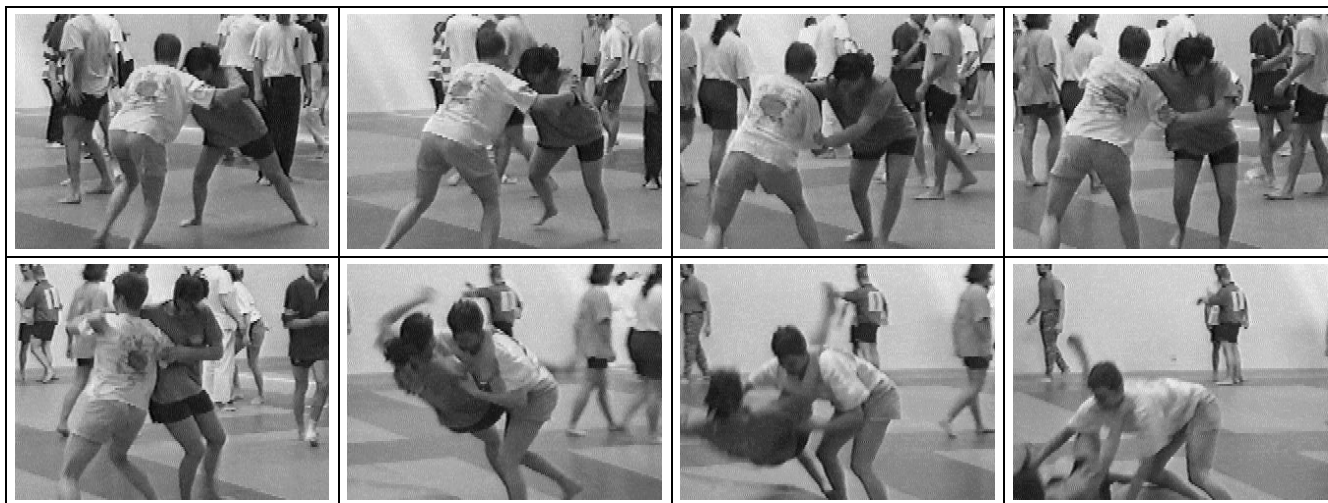
### Sur avancée du partenaire :

La hanche droite va servir de 'barrage', la saisie reste main droite au flanc/dos, la main gauche reste au bras droit du partenaire. La projection s'effectue sur deux appuis en soulevant le partenaire. Le projeté doit progresser en restant face à son partenaire au moment où celui-ci fait un demi-tour.



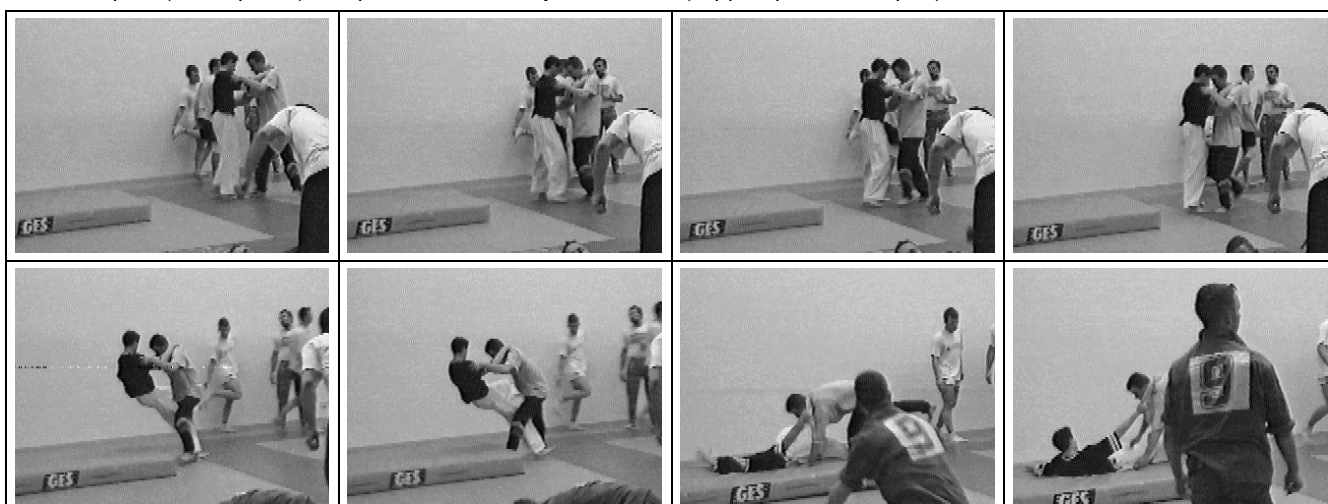
### Sur poussée du partenaire :

La hanche droite va servir de 'barrage', la saisie reste main droite au flanc/dos, la main gauche reste au bras droit du partenaire. La projection s'effectue sur deux appuis en soulevant le partenaire. Le projeté doit progresser en restant face à son partenaire au moment où celui-ci fait un demi-tour. Le projeteur doit progresser en restant debout pour assurer le contrôle de la projection.



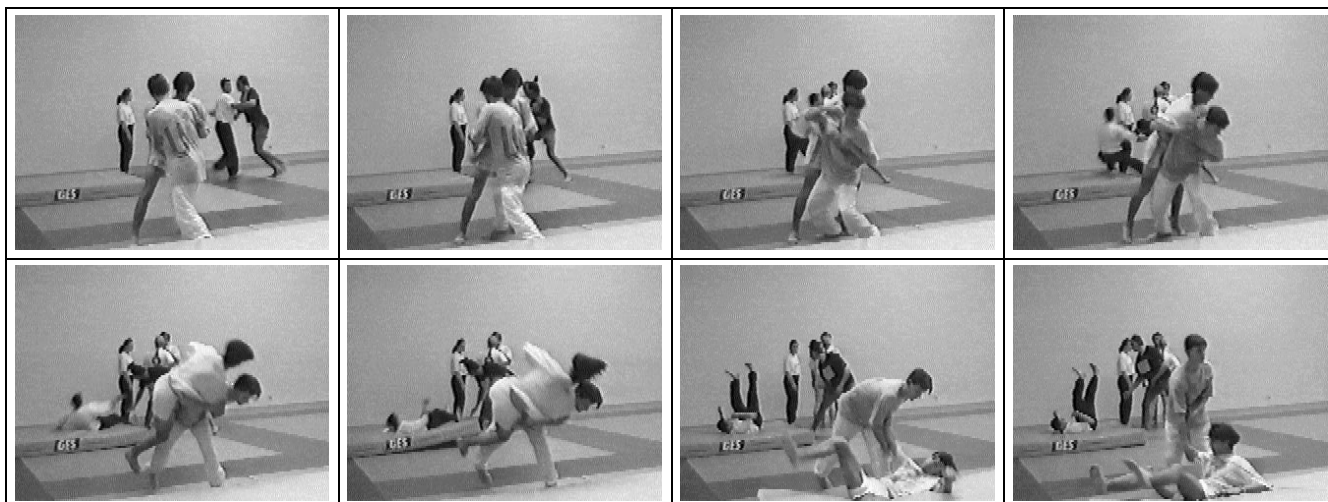
### Sur recul du partenaire :

La jambe gauche va servir de 'barrage' en passant à l'extérieur des jambes du partenaire. Le projeteur doit progresser en fixant plus (4ème photo) son partenaire sur sa jambe droite (l'appui qu'il va attaquer).



### Sur poussée du partenaire :

L'épaule et le dos vont servir de 'barrage'. Le projeteur peut progresser en resserrant ses appuis en effectuant la projection.







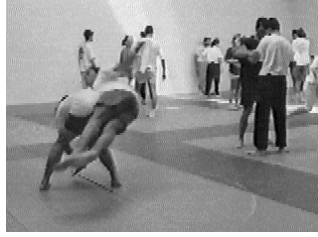



## APRES LE TRAVAIL SUR LE PARCOURS DE PROJECTION TRAVAIL SANS TAPIS MOUSSE - PREPARATION DE LA DEMONSTRATION








<b>CONTEXTE</b> Partenaire les fesses en arrière, pied avancé.	<b>Placement</b> Engagement de la jambe pour faire barrage 	<b>Projection</b> Action de la jambe et des bras  <p>La projetée garde le pied gauche en appui.</p>	<b>Chute</b> 
<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui recule les fesses en arrière 	<b>Placement</b> Engagement de la jambe pour faire barrage, en décalant les appuis sur le côté, et vers son arrière	<b>Projection</b> Action de la jambe et des bras  <p>Les deux pieds du projeté sont décollés.</p>	<b>Chute</b> 
<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui avance.	<b>Placement</b> Engagement de la hanche droite pour faire barrage, en faisant un demi-tour, en fléchissant les jambes 	<b>Projection</b> En soulevant le partenaire, grâce à l'extension des jambes  <p>Les deux pieds du projeté ont décollé.</p>	<b>Chute</b> 
<b>CONTEXTE</b> Partenaire immobile, un bras saisi. 	<b>Placement</b> Engagement de la hanche droite pour faire barrage, en faisant un demi-tour, en fléchissant les jambes 	<b>Projection</b> En soulevant le partenaire, grâce à l'extension des jambes  <p>Les deux pieds du projeté sont décollés.</p>	<b>Chute</b>







## APRES LE TRAVAIL SUR LE PARCOURS DE PROJECTION TRAVAIL SANS TAPIS MOUSSE - PREPARATION DE LA DEMONSTRATION

<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui recule	<b>Placement</b> Blocage du partenaire et engagement de la jambe droite pour faire barrage	<b>Projection</b> Action de la jambe droite et du bras droit vers l'arrière	<b>Chute</b>
			
<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui avance	<b>Placement</b> Engagement du bras sous l'aisselle et flexion des jambes	<b>Projection</b> Par extension des jambes et action des bras	<b>Chute</b>
			

Après différenciation entre attaque directe et contrattaque, deux actions se développent:  
Surpasser l'attaque pour projeter (attaque vers l'avant, contrôle, esquive, attaque vers l'avant)



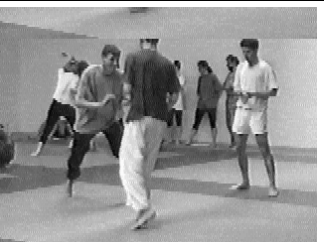

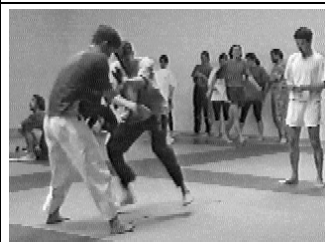



<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui attaque	<b>Contrôle</b>	<b>Esquive</b>	<b>et remplacement</b>
			
	<b>Placement</b>	<b>Projection</b>	<b>Chute</b>
			

S'opposer à l'attaque pour projeter





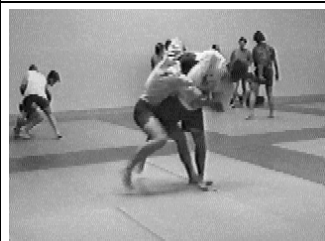



<b>CONTEXTE</b> Partenaire qui attaque	<b>Contrôle</b>	<b>Blocage</b>	<b>Renversement d'attaque</b>
			

## ARBITRER C'EST GERER LE COMBAT, REPERER DIFFERENTES ACTIONS

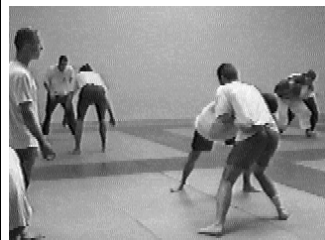
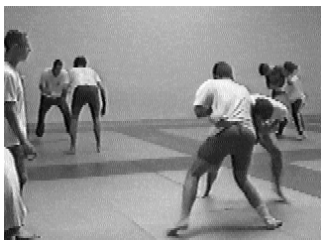
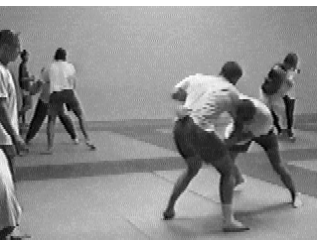
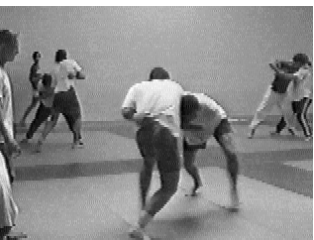
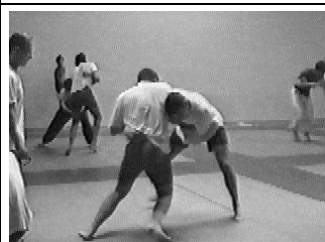
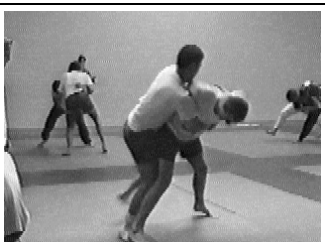
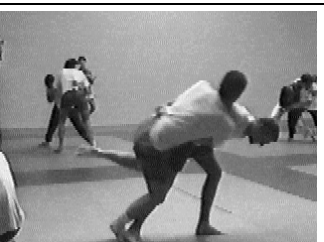

### Action directe simple:

			
Installer les combattants	Donner le signal de début 'Hajimé' ou 'Commencez'		
			
		Arrêter le combat sur avantage marqué (sortie-déséquilibre) 'Soré madé' ou 'Fin'	Qui a gagné pourquoi

### Action de contre-attaque:

			
Pousser pour provoquer	une autre poussée	tourner	pour lancer son attaque
			
contrôle et blocage	inverser	Projection	Qui a gagné pourquoi

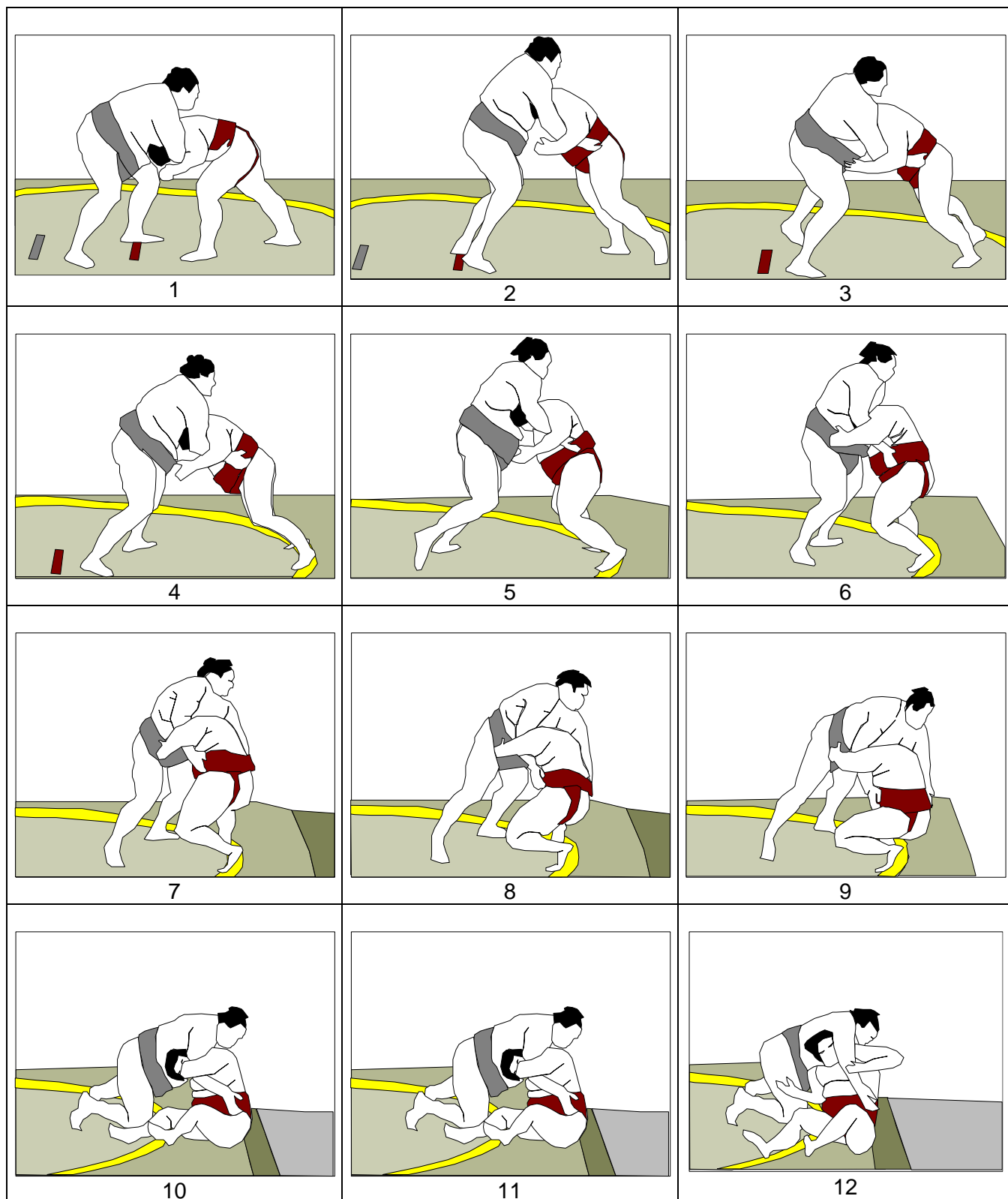
### Action en réaction sur poussée:

			
Pousser	Pousser tourner		Pousser pour faire réagir
			
L'autre repousse	Pivot et engager de jambe	Projection	Contrôle de la chute

## Ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas laisser faire mal

Cette scène de sumo donne un exemple où en EPS :

l'arbitre doit dire 'STOP' ou 'MATTE' pour interrompre le combat dès la l'image 1  
le combattant qui domine ne doit pas hésiter à rompre l'échange



Lors de ce combat, les deux sumotoris se sont retrouvés dès le début avec cette saisie. Leur combat peut être divisé en deux phases:

Phase 1: 39" de lutte en déplacement avec cette saisie, pour arriver à la photo 1

Phase 2: 04" de la photo 1 à la photo 12

Il s'agit du combat qui opposait Akébono et Akinoshima, lors du tournoi de d'automne, Tokyo, 1995; images auteur réalisées à partir de l'émission « EUROSPORT ».

