Mes compétences en jeux d'opposition

Prénom : _____

Nom : _____

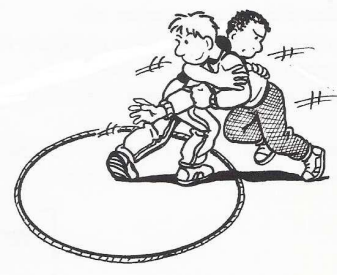
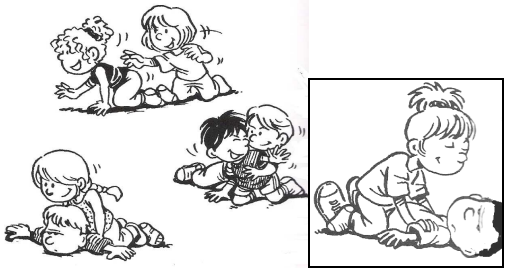
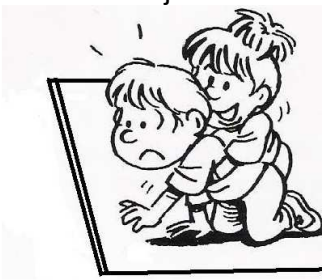
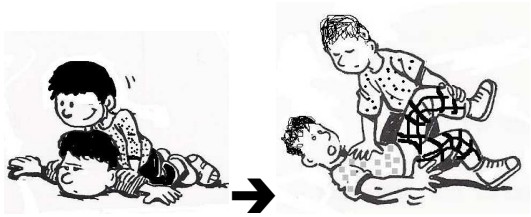
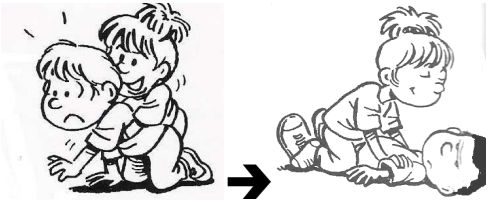
Classe : _____

académie Créteil
direction des services départementaux de l'éducation nationale Seine-Saint-Denis
éducation nationale jeunesse vie associative

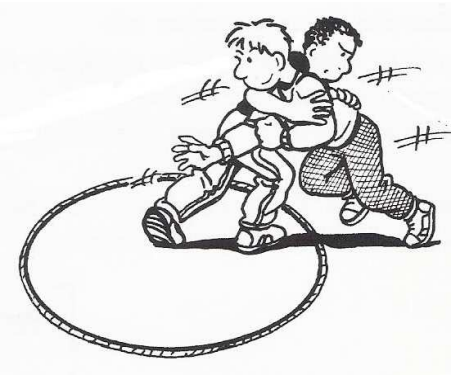
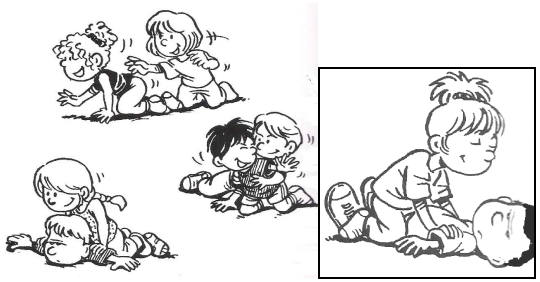
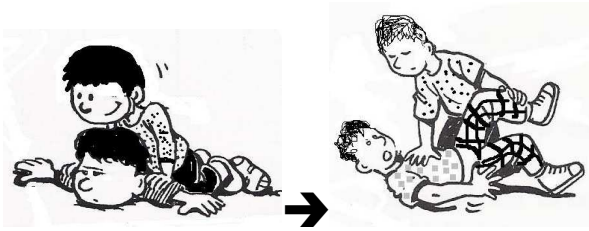
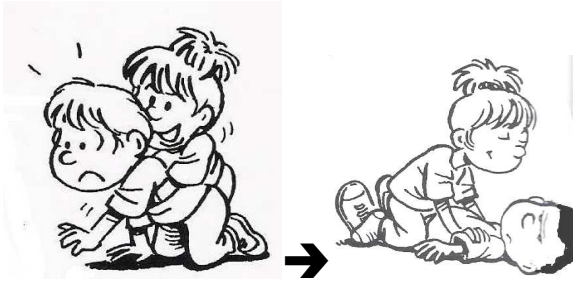
Avec l'aimable autorisation des Editions Access pour les illustrations de Caro

Mes compétences en jeux d'opposition

LIVRET élève

Toucher - Attraper ***Esquiver***	**Pousser - Tirer - Déséquilibrer-** ***Résister au déséquilibre***	**Immobiliser** ***Se dégager***	**Retourner** ***Résister au retournement***
A quatre pattes, je prends **le plus** de foulards possibles à mes adversaires 	Je fais **rentrer ou sortir** mon adversaire d'une zone  *ou je résiste au déplacement*	J'empêche un adversaire qui **se déplace** à quatre pattes de rejoindre son camp *ou je rejoins mon camp*	J'arrête le déplacement à 4 pattes d'un adversaire en le retournant **sur le dos**  *ou je rejoins mon camp*
Debout, dans une zone, je touche avec mes pieds **3 fois** les pieds de mon adversaire 	En position à genoux, je **déséquilibre** mon adversaire pour l'amener au sol *ou je résiste au déséquilibre*	J'empêche un adversaire que j'ai **immobilisé** de rejoindre son camp  *ou je rejoins mon camp*	Je mets mon adversaire qui est à plat ventre, **sur le dos**  *ou je résiste au retournement*
Dans une zone, j'attrape **le (ou les) objets accroché(s**) à mon (ou mes) adversaire (s) 	Dans une zone définie, je **déséquilibre** mon adversaire pour l'amener au sol *ou je résiste au déséquilibre*	Je maintiens mon adversaire 10 secondes **sur le dos** *ou je me dégage de l'immobilisation avant les 10 secondes*	Je mets mon adversaire qui est à quatre pattes, **sur le dos**  *ou je résiste au retournement*

Mes compétences en jeux d'opposition

LIVRET élève

Toucher - Attraper ***Esquiver***	**Pousser - Tirer - Déséquilibrer-** ***Résister au déséquilibre***	**Immobiliser** ***Se dégager***	**Retourner** ***Résister au retournement***