

FICHE SUIVI et EVALUATION LUTTE (Niveau 1)

Rechercher, dans le respect des règles, le gain d'un combat au sol puis debout (permis de chuter) en exploitant des opportunités et en utilisant des formes d'attaques variées.				
Collaborer à plusieurs pour arbitrer, observer, conseiller et apprendre.	Adapter son engagement moteur en fonction de son état physique et du rapport de force	Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre	Observer et co-arbitrer	Accepter le résultat de la rencontre et savoir analyser avec objectivité

	le Tomber	la Mise en danger	l'Amener au sol ou Sortie	
	2 omoplates collées 3 secondes au sol	roule sur 1 ou 2 épaules	sur le ventre ou 4 pattes et est contrôlé par derrière	
ENTOURER Le GAGNANT	100	10	1	Total des points marqués (250 maximum)

bilan: (surligner mon niveau)

FACE au combat	Je saisie...	...Je tire...	...Je pousse
NA. Je le refuse -et ne respecte pas le rituel	NA. Je ne saisie pas	NA. Je ne tire pas	NA. Je ne pousse pas
ECA. J'accepte le combat et je fais le rituel sans grande conviction	ECA. je saisie mal	ECA. Je tire	ECA. je pousse avec mes bras
A. J'accepte le corps à corps et j'exécute le rituel avec respect	A. je saisie efficacement	A. je tire contre mon corps	A. je pousse avec mon buste
A+. et je suis fair-play.	A+. Je saisie efficacement en variant mes saisies.	A+ je tire contre mon corps, tête baissée et corps gagné	A+ je pousse avec tout mon corps