



POUR les jeux de lutte

Cycle 2
Cycle 3

POUSSER

➔ Objectif

Pousser avec différentes parties du corps.

➔ But du jeu

Pousser son partenaire avec la partie du corps indiquée.

➔ Espace

Tapis

➔ Nombre de joueurs

La classe entière

2 par 2.

➔ Matériel

Aucun matériel

➡ **Organisation / Déroulement**

Les joueurs se mettent deux par deux.

Ils s'installent dans la position indiquée par le meneur.

Le temps de jeu : 45 secondes par partie.

Le jeu démarre au signal et s'arrête au signal (attention que le temps de jeu ne soit pas trop long).

Différentes positions possibles

Joueurs face à face, debout, mains derrière le dos ; position de départ, épaule contre épaule.

Assis dos à dos

Assis côte à côte

Allongé sur le dos, côte à côte

Pieds contre pieds (allongé sur le dos)

Etc ...