



REGLEMENT

LUTTE 7 - 11 ans

Juin 1999

INTRODUCTION

OBJECTIF :

Centré sur l'essence de l'activité de lutte.

Forme de pratique facilement accessible, ouverte au plus grand nombre et qui prépare à la lutte collège.

La lutte 7-11 ans doit être :

- Non douloureuse.
- REGLE D'OR :

***NE PAS FAIRE MAL,
NE PAS SE LAISSER FAIRE MAL.***

- Facilement accessible aux débutants
- Aisément arbitral par de jeunes lutteurs.
- Compréhensible par le spectateur.

La lutte 7-11 ans s'adresse :

- Dans le scolaire : CE2, CM1, CM2.
- A la F.F.L. : Pupilles (7, 8 et 9 ans) et Poussins (10 et 11 ans)

La lutte 7-11 ans se pratiquera à deux niveaux :

- Rencontres mixtes USEP
- Jeux Pupilles Possins, mixtes en milieu fédéral

REGLEMENT

FINALITE :

Le “collé” : c’est la mise sur le dos de l’adversaire, les deux omoplates collées au tapis pendant 3 ”.

CEREMONIAL

Poignée de mains au début et à la fin de chaque combat.

DUREE des COMBATS :

Durée des combats : 1’ 30 sans interruption.

INTERDICTIONS :

- Actions qui présentent des risques corporels graves : tête seule à deux bras, attaque bras sur jambe avec la tête dans le ventre de l’adversaire ; articulations en hyper extension, ceinture arrière et arraché du sol.
- Interdictions qui découlent du bon sens : main sur le visage ; pousser dans le dos ; tout ce qui fait mal d’un point de vu général.
- Interdictions liées à la nature de l’A.P.S. : pas de coups
- REGLE D’OR :

***NE PAS FAIRE MAL,
NE PAS SE LAISSER FAIRE MAL.***

ARBITRAGE :

Un arbitre qui dirige le combat et cote les prises.

Un secrétaire qui note la cotation des prises sur la feuille de match et chronomètre.

On favorisera un arbitrage par les enfants.

TENUE :

Rencontres USEP : short et tee-shirt (ou débardeur) les plus moulant possible : dominante de rouge ou de bleu. Chaussettes ou ballerines.
Lutte 7-11 ans FFL : Maillot de lutte et chaussures de lutte.

SURFACE de COMBAT :

Le combat se déroule sur un tapis de lutte présentant toutes les caractéristiques de sécurité, notamment celle concernant sa densité. Le tapis est de 16 m² au minimum, soit le quart du tapis 8 x 8.

DEROULEMENT du COMBAT :

- ⇒ Si l'arbitre ne réussit pas à déterminer le lutteur qui est à l'initiative de l'action, il n'attribue pas de point.
- ⇒ A l'exception de la position correspondant au «presque collé», si la lutte stagne, l'arbitre fait relever les lutteurs.

COTATION des ACTIONS :

- DEBOUT :
 - **1 point : "amené à terre"** é l'élève amène son adversaire, sans le lâcher, à 4 pattes, assis ou sur le ventre.
 - **2 points : " presque collé"** é l'élève fait tomber son adversaire, sans le lâcher, le dos orienté vers le tapis.
On parlera en général du "presque collé" lorsqu'une partie du dos est en contact avec le tapis.
- AU SOL (au moins 1 genou à terre) :
 - **2 points : le " presque collé "**
 - **le "collé" : fin du combat.**

REGLES PARTICULIERES

- ⇒ Celui qui a l'initiative et qui se met dos en «presque collé» passager n'est pas pénalisé.
- ⇒ De même, l'arbitre ne devra pas sanctionner l'élève dont l'action échoue à moins que le défenseur ne réalise une contre-attaque bien identifiée.

GAIN du MATCH

- Par “collé”
- Aux points à la fin du temps réglementaire.
- En cas d'égalité à la fin du temps réglementaire, il y a prolongation (30’’). La victoire est attribuée au premier lutteur qui marque 1 point. Si l'égalité subsiste, il y a match nul.

DEROULEMENT de la COMPETITION

A partir du poids de corps réel de l'ensemble des lutteurs de la compétition, on détermine le nombre nécessaire de poules de 4 lutteurs.

Les combats s'effectuent en une formule championnat où tous les concurrents de chaque poule se rencontrent.

Dans chacune des poules, les lutteurs sont classés du 1er au 4eme.

Un classement par classe ou club est établi sur la base suivante : dans chaque poule de 4 lutteurs :

1er : 4 pts. ; 2ème : 3 pts. ; 3ème : 2 pts. ; 4ème : 1 pt.

CLASSEMENT dans la POULE

Est déclaré vainqueur celui qui :

- a le plus de victoires.
- a le plus de victoires par “collé”
- a le plus de matchs nuls
- si l'égalité subsiste entre deux lutteurs, c'est la victoire de l'un sur l'autre qui détermine le classement.
- si l'égalité subsiste entre trois lutteurs, la victoire sera attribuée au plus léger.