

Des mots de référence pour les jeux de lutte

Des actions	Des parties du corps	D'autres mots
mettre – tirer – être	les coudes – le pied	à quatre pattes – l'enfant
ramper – peser	les cheveux	des coups de poings
tordre – étrangler	les doigts	l'autre
tenir – donner – fixer	le genou – les chevilles	un coup – un croche-pied
marcher – lutter –	les bras – les poignets	les vêtements
exclure – s'appuyer	le cou – la nuque	le pantalon – le maillot
rouler	les poignets	le carrelage
pousser – attraper –	les mains	le tapis – le tatami
gagner	le dos – le ventre	l'attaquant – le défenseur
bouger – lâcher – sortir	la cuisse – la jambe	le sablier – l'arbitre
tourner – aider –	l'épaule – le mollet	le maître du temps
avancer	son – ses	loin – mieux – contre
retourner – regarder	leur – leurs	vite – il y a – bien
se		soi-même
		droit – debout – fort
		rapide - lent