

BOOK PORTFOLIO ILLUSTRATIONS



Laurent
Jargot

GRAPHISTE/ILLUSTRATEUR
s à Toulouse/France/Europe
ouvert au reste du monde



Série d'illustrations tirées d'un projet personnel de livre jeunesse

STYLE 1

Techniques : aquarelle + feutres acryliques.



Jeunesse :





Illustration pour un jeu de coopération

STYLE 2

Illustrations des 28 cartes,
du plateau et de la boîte
Techniques : Tablette wacom



Laurent
Jargot

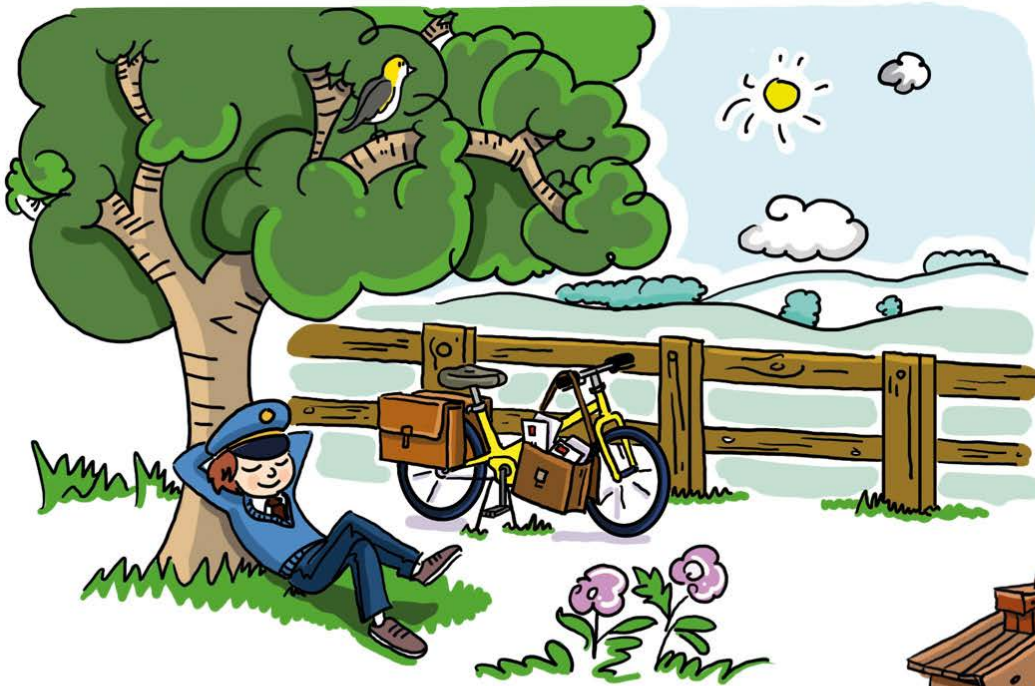


Client : CNED

Illustrations entrant dans des processus ludiques et/ou pédagogiques
3 ans de collaboration

Techniques : Tablette wacom

STYLE 3



Client : CNED







Illustrations entrant dans des processus ludiques et/ou pédagogiques

STYLE 3



Entêtes de chapitres d'ouvrages scolaires





Dans Sa Maison Un Grand Cerf

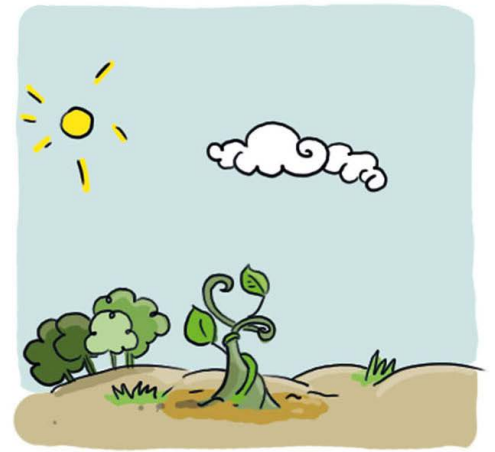
« Cerf, cerf, ouvre-moi ! Ou le chasseur
me tuera ! – Lapin, lapin, entre et viens,
Me serrer la main. »



Il pleut, il pleut bergère

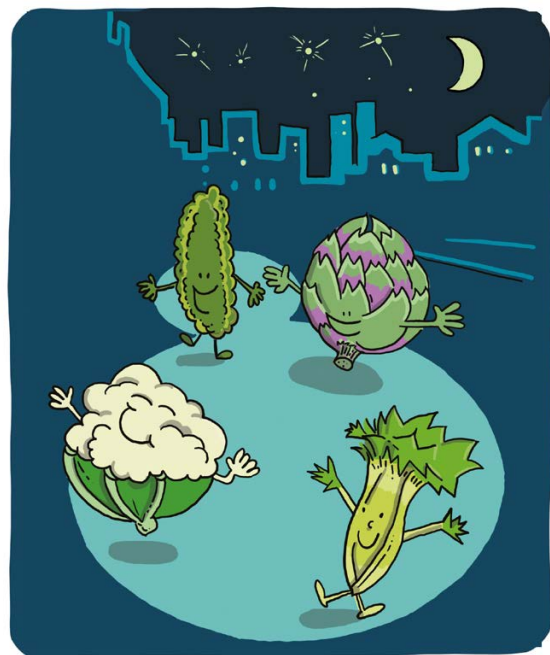
« Il pleut, il pleut bergère,
Rentre tes blancs moutons.
Allons à la chaumière
Bergère vite allons... »

STYLE 3 Jack et le Haricot magique



La danse des légumes

Tous les légumes, au clair de lune
 Étaient en train de s'amuser
 Ils s'amusaient
 Tant qu'ils pouvaient
 Et les passants les regardaient
 Les cornichons tournaient en rond
 Les artichauts sautaient à petits sauts
 Les salsifis valsaient sans bruit
 Et les choux-fleurs se dandinaient avec ardeur

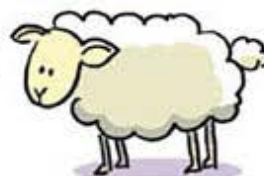
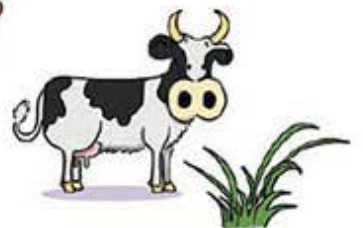
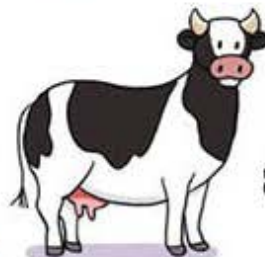
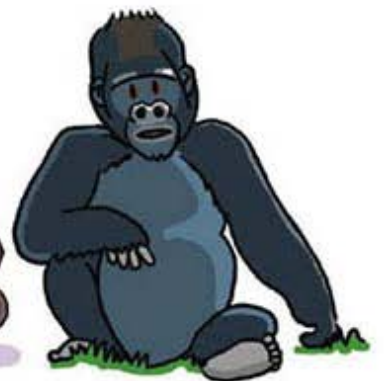
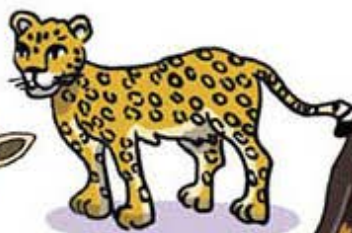


STYLE 3
Mini BD pédagogique
«Le petit chaperon rouge»



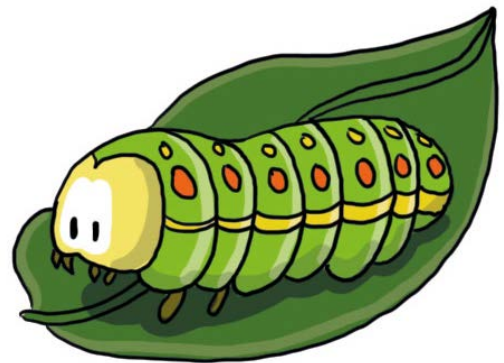
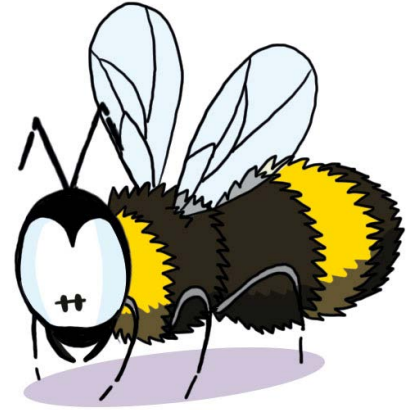


ANIMAUX





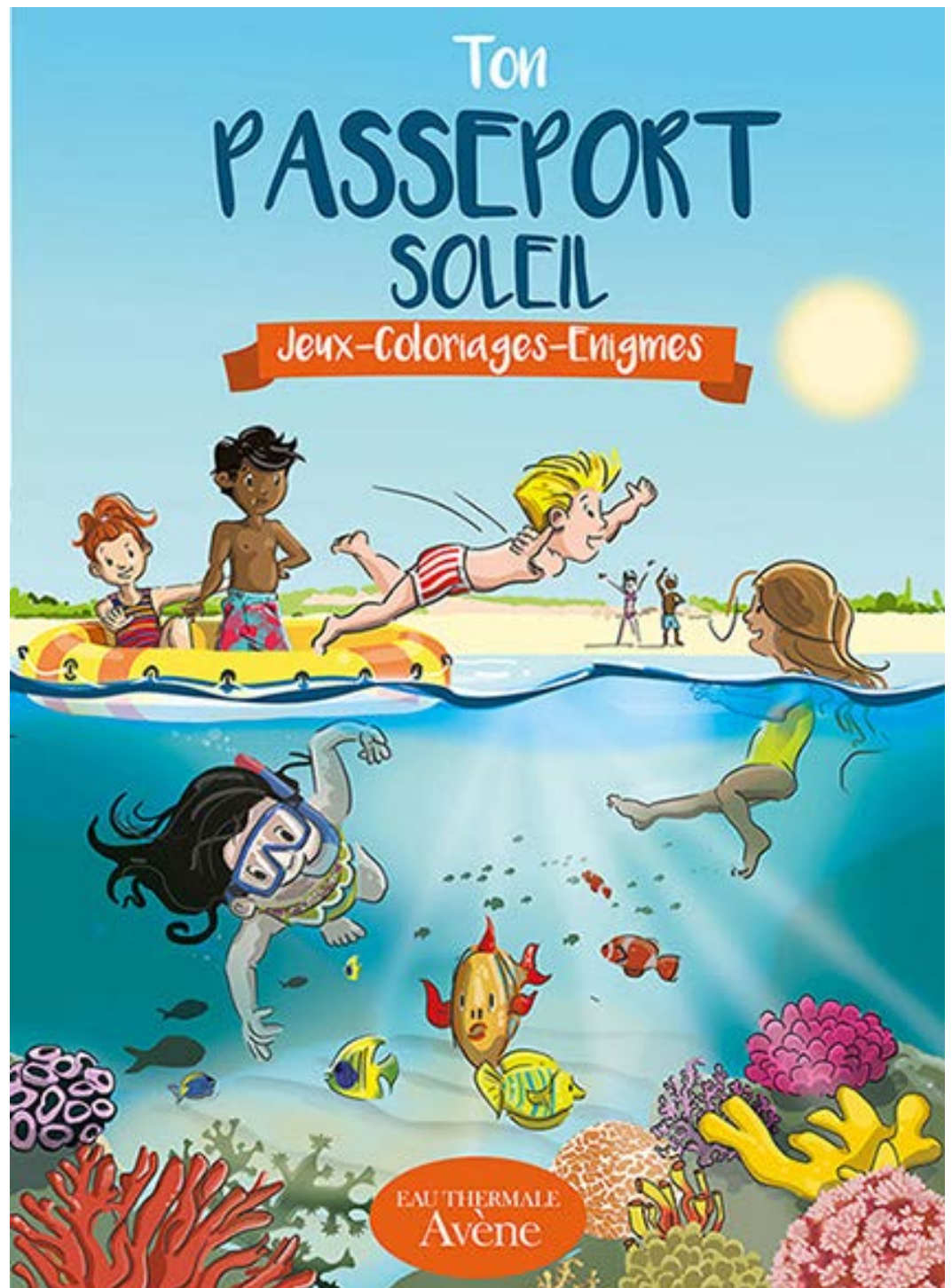
INSECTES





Client : AVÈNE
(PIERRE FABRE)

Illustrations et mise en page de cahiers de jeux de vacances promotionnel (20 pages) pour 3 années consécutives





Client : Fédération française de Lutte FFLDA

Illustrations de communication pour un public jeune > promotion de la lutte et disciplines associés.



LA LUTTE
MODE D'EMPLOI

Fiche pratique N°6.1

Des jeux pour apprendre et progresser
(cycle 2)

Gulliver

LES COMES

- Je ne suis pas immobilisé par mon adversaire.
- Mon adversaire revient à plat ventre.
- Je suis à genoux.
- Fugis les bras tendus.
- Je ne serre pas suffisamment mon adversaire.
- Je ne serre pas mon adversaire au bon endroit.
- Je suis trop chargé sur mon adversaire.

OBJECTIFS

Savoir maintenir l'adversaire sur le dos.

ORGANISATION

- Le défendeur (DEF) est sur le dos.
- L'attaquant (ATA) se place comme il veut par rapport à DEF et le tient comme il veut.
- Durée: 10s.
- Un arbitre pour donner le signal de début et de fin, comptabiliser le temps et déterminer le vainqueur.

BUTS

- DEF: revenir sur le ventre avant la fin des 10s.
- ATA: empêcher DEF de revenir à plat ventre pendant 10s.

CRITÈRES DE RÉUSSITE

- DEF: ventre en contact ou sol.
- ATA: le ventre de l'adversaire ne touche pas le sol.

VARIABLES

- Durée de la situation: 20s (plus difficile pour ATA).

COMPORTEMENTS VISÉS

- Se faire sauter.
- Immobiliser en combattant tête au bras.

CONDITIONS DE SÉCURITÉ

- Ne pas prendre la tête, le cou, le visage.
- Pas d'actions sur le visage.

Publication de la Fédération Française de Lutte - 15 Janvier 2018 - 2008



Principes et fondamentaux

LES PRINCIPES

CHACUN DISPOSÉ, D'EMBLÉE, DE MOYENS SUFFISANTS LUI PERMETTANT DE LUTTER SANS APPRENTISSAGE MOTEUR PRÉALABLE.

- La lutte est une activité physique et sportive (A.P.S.) qui peut être pratiquée par toutes et tous. Elle fait partie de la famille des sports de combat de préhension. C'est une activité réglementée qui se pratique sur une surface adaptée.
- Les principes communs à tous les jeux de lutte :
 - Règle d'or : ne pas faire mal et ne pas se laisser faire mal.
 - Opposition : s'opposer individuellement et s'engager dans un contact rapproché en utilisant des actions variées.
 - Préhension : saisir et contrôler son adversaire pour l'amener au sol et/ou le maintenir sur le dos.

LES FONDAMENTAUX

APPROCHEMENT
Ouvrir l'engagement dans des situations de combat en combinant le contact préhensif des bras et d'attaquant et de défendeur.

DÉSEQUILIBRE
Ouvrir de la posture de combat de l'adversaire.

CONTACT AVEC L'AUTRE
Prendre contact avec l'adversaire de face à côté pour saisir et contrôler son adversaire.

CONTACT AVEC LE SOL
Appuyer les épaules et les hanches sur le sol pour contrôler son adversaire.





**CONNAÎTRE
LES LUTTES TRADITIONNELLES**

Fiche Jeu de plateau



**KUSHTI,
lutte indienne**

Veille d'un millier d'années, le « kushiti » est une lutte indienne d'origine persane. Après seulement d'un bain quasi à l'ongle, les lutteurs s'entraînent plusieurs fois par jour dans « rakharo », une fosse remplie de terre de couleurs différentes selon les régions. Le sol y est mélangé avec des épices, du miel ou du beurre pour garder la terre douce sur la peau. Les rituels de préparation sont aussi importants que la lutte elle-même. À l'intérieur et autour de la fosse, la statue du dieu-singe Hanuman est l'objet de prières quotidiennes. La règle pour gagner est simple : les deux écoles de tradition doivent toucher le sol. Chaque lutteur répond de la terre sur le corps de son adversaire pour avoir une meilleure prise. Les saisies bras sur jambes et jambes sur jambes sont autorisées. Le combat se déroule également au sol. Il est strictement interdit d'étrangler ou de donner des coups. Le combat peut durer plus de 15 minutes. À la fin de l'entraînement, les lutteurs se recourent de terre pour se purifier, tonifier les organes et ôter les douleurs musculaires. Les tournois qui se déroulent dans de nombreux villages peuvent attirer plus de 10 000 spectateurs et sont l'occasion de grandes fêtes populaires.



Publication de l'Association Française de Lutte & Crossfit - novembre 2020

Jeux de cartes

**Bokh,
lutte traditionnelle
mongole**

Objectif : amener son adversaire à toucher le sol, avec les genoux, les coudes, le tibia, le dos ou à l'arrière du cou.

Forme : une gaine de laines, richement brodées, un bâton qui ne sert que le haut du dos, les épaules et les bras, une ceinture en cuir, une ceinture traditionnelle.

Particularités : les lutteurs se heurtent, poussent et après le combat, ils se saluent de façon traditionnelle.

**Sumo,
lutte traditionnelle
japonaise**

Objectif : faire toucher le sol à son adversaire par n'importe quelle partie de son corps ou le pousser hors du cercle de combat.

Forme : une ceinture constituée d'une feuille de riz serrée autour de la taille et de l'entrejambe appelée « mawashi ».

Particularités : du sol est répandu sur l'arène de combat. Les combattants se heurtent dans leurs armes et frappent le sol de leurs pieds pour chasser les mauvais esprits. Les sumos peuvent peser 300 kg en moyenne.

Lutte & Tradition

**Folk wrestling,
la lutte scolaire**

Le folk wrestling est la lutte pratiquée dans les écoles et les universités aux États-Unis. Pratique individuelle.

Forme : un maillot aux couleurs du lycée ou de l'université, un short pour protéger les mollets et des chaussures de lutte.

Particularités : les écoles du championnat américain organisent une équipe d'élite de 25-300 spectateurs.

Lutte & Société

