

CP 4 HANDBALL

COMPETENCE ATTENDUE DE NIVEAU 3 :

-pour la voie professionnelle, au BO n°2 du 19 février 2009.

-pour la voie générale et technologique, au BO spécial n°4 du 29 avril 2010.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Sur l'APSA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les principes d'efficacité tactiques : <ul style="list-style-type: none"> - Les conditions et principes généraux d'une contre-attaque. - Les principes généraux du repli défensif. • Les Principes d'efficacité techniques : <ul style="list-style-type: none"> - Les conditions favorables pour réussir une passe longue, un dribble de progression rapide, un tir en suspension. - Les conditions pour défendre en pression sans commettre d'anti jeu. • Le vocabulaire spécifique : Démarquage, tir en suspension, passe et va. • Les règles associées au niveau de jeu notamment les règles qui protègent le porteur de balle. • Les routines de préparation à l'effort <p>Sur sa propre activité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Son profil de jeu (caractéristiques, points forts, points faibles...). • Les Critères d'analyse de sa prestation (volume de jeu avec et sans ballon, efficacité des passes, du dribble et des tirs en appui, en suspension, pertinence des choix tactiques...). <p>Sur les autres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Critères d'observation et d'analyse de l'efficacité collective sur la contre-attaque. • Les caractéristiques collectives d'une équipe adverse sur les phases de contre-attaque. • Les caractéristiques individuelles d'un partenaire ou d'un adversaire (qualité de la réception de balle, de la passe, maîtrise du tir en suspension...). 	<p>Savoir-faire en action</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une préparation à l'effort collectif générale et spécifique. <p>Au plan collectif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Progresser collectivement vers la cible adverse selon une organisation anticipée dès la récupération du ballon en un minimum de temps et/ou de passes. • Progresser par du jeu direct ou l'utilisation d'un relais. • Rechercher et exploiter la profondeur. • Utiliser les couloirs latéraux. • Récupérer la balle ou gêner sa progression en différenciant les rôles défensifs (défenseur sur PB et NPB ou trajectoires). <p>Au plan individuel</p> <p>Tenir et soutenir un effort optimal sur une période de jeu.</p> <p style="text-align: center;"><i>Porteur de balle</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prélever les indices pertinents pour gérer l'alternative passe/progression en dribbles. • Rechercher prioritairement une passe longue dans la course d'un partenaire démarqué dans l'espace avant. • Effectuer une passe courte à un partenaire démarqué qui se tient prêt à réceptionner la balle. • Enchaîner une course avant avec la balle et un tir en suspension • Tirer avec l'intention de viser les espaces inoccupés par le gardien ou les zones favorables (tirs vers le bas) <p style="text-align: center;"><i>Aide au porteur de balle</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se rendre disponible (espace avant, couloirs latéraux) dans un espace libre à distance de passe (notamment pour la passe venant du gardien). • Se démarquer en investissant l'espace libre proche du porteur de balle, avec une attitude préparatoire à la réception du ballon (dissociation train supérieur et inférieur). • Rompre l'alignement ballon /adversaire proche: créer des lignes de passes. <p style="text-align: center;"><i>Défenseur</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer en course arrière pour défendre l'espace proche de sa cible. • Toucher le porteur de balle, en contrôlant son déplacement, afin de le gêner dans la transmission du ballon (différencier la faute défensive admise d'un acte d'anti-jeu interdit) <p>Savoir-faire pour aider aux apprentissages</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se concerter pour améliorer l'organisation de la contre-attaque et/ou du repli défensif. • Gérer les changements de joueurs au cours d'un match. • Identifier et siffler une faute. • Observer une séquence de jeu à l'aide de critères objectifs liés à l'efficacité de la contre-attaque. • Assurer le rôle de partenaire d'entraînement. 	<p>En direction de soi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participer aux temps morts de façon constructive (écouter les autres, donner son avis, accepter les décisions). • S'inscrire dans un projet commun au service de l'efficacité collective. • S'impliquer dans toutes les phases de jeu en attaque comme en défense. • S'engager en respectant son intégrité physique. • Assumer et reconnaître ses fautes et ses erreurs. • Ecouter les conseils d'un partenaire / observateur. • Accepter de répéter, de s'entraîner pour progresser. • Accepter différents rôles (joueur, observateur, arbitre, conseiller...). <p>En direction d'autrui</p> <ul style="list-style-type: none"> • S'engager en respectant l'intégrité physique d'autrui. • Reconnaître les fautes défensives. • Respecter les règles et les décisions de l'arbitre. • Accepter les erreurs de ses partenaires. • Ecouter les conseils de ses partenaires et des observateurs. • Saluer ses adversaires et le(s) arbitres à l'issue d'un match • Partager la tâche d'arbitrage.