

CP 4 BASKET BALL

COMPETENCE ATTENDUE DE NIVEAU 4 :

-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"> - Principes généraux d'efficacité offensive pour conserver, progresser et se créer une position de tir favorable face à une organisation défensive identifiée. - Principes généraux d'efficacité défensive pour défendre sa cible et/ou récupérer la balle. • Les principes d'efficacité techniques: <ul style="list-style-type: none"> - Défensifs: premier pas en profondeur pour éviter le contact. - Offensif: utilisation du pied de pivot (feinte) avant le dribble de pénétration. • Le vocabulaire spécifique: <ul style="list-style-type: none"> Jeu rapide, jeu de transition, jeu placé, jeu direct, fixation, démarquage dans le dos du défenseur (back-door), zone clef.. • Les règles associées au niveau de jeu : <ul style="list-style-type: none"> - les règles du temps favorables à la défense: 5 ",8 "... - Connaissance approfondie de la règle du non contact: maintien de la distance PB/ D, verticalité, notion de cylindre. • Les routines de préparation à l'effort. <p style="margin-left: 20px;">Sur sa propre activité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Son profil de jeu offensif et défensif. • La relation entre ses caractéristiques et son rôle au sein du collectif. <p style="margin-left: 20px;">Sur les autres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les caractéristiques collectives de son équipe et de l'équipe adverse (organisation choisie dans la répartition des rôles et l'occupation de l'espace. Localisation des tirs, occupation des zones clef, répartition de la marque. Hauteur de la pression défensive...) <p>Les caractéristiques individuelles de son vis-à-vis (PB : main forte/main faible, efficacité, pertinence des choix tactiques..., NPB : type et qualité des démarquages utilisés, efficacité au rebond...).</p>	<p style="text-align: center;">Savoir-faire en action dans la pratique effective</p> <p>Planifier et réaliser une préparation à l'effort individuelle et collective.</p> <p>Au plan collectif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maintenir une organisation équilibrée dans la largeur et la profondeur dans la phase de montée de balle et dans le jeu placé près du panier. • Créer et exploiter des espaces libres et des décalages par des enchaînements de passes et des fixations en dribbles utilisant le couloir central et les couloirs latéraux. • Utiliser le jeu direct et indirect, le jeu en soutien si nécessaire. • Mettre en place une défense organisée (tout terrain ou demi terrain) et articulée (aide défensive) pour protéger sa cible et récupérer la balle . <p>Au plan individuel</p> <p>Tenir et soutenir un effort optimal sur une succession de périodes de jeu</p> <p style="text-align: center;"><i>Porteur de balle</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • S'orienter face à la cible et conserver la maîtrise du ballon sous la pression adverse. • Rechercher en priorité le jeu direct : passe à un partenaire qui "coupe" vers la cible ou pénétration/fixation • Réaliser des choix de tirs adaptés (tir en course ou tir bord de raquette) pertinents au regard de la situation et de ses caractéristiques techniques. • Enchaîner ses actions (réception-passe, dribble-passe, dribble-tir, rebond offensif-tir...) <p style="text-align: center;"><i>Aide au porteur de balle</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se démarquer en priorité vers la cible en exploitant le couloir de jeu direct (ballon - cible) puis le libérer pour permettre une alternative de jeu au porteur de balle (passe ou 1c1) • Enchaîner ses actions, varier ses démarquages. • Participer au rebond offensif ou au repli défensif <p style="text-align: center;"><i>Défenseur</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Adopter une posture défensive : cadrer les appuis du porteur de balle et reculer nettement sur le premier pas défensif pour maintenir la distance P /D. Utiliser les bras pour gêner la passe ou le tir dès que le dribble est arrêté. • Ajuster son placement (aide ou pression) selon la position du ballon (pression côté ballon, à l'opposé du ballon se décentrer de son joueur pour stopper le PB qui a gagné son duel) <p style="text-align: center;">Savoir-faire pour aider aux apprentissages</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se concerter pour choisir une organisation adaptée aux caractéristiques de son équipe et à celle de l'adversaire (ex défense demi terrain, tout terrain) • Observer une séquence de jeu à l'aide de critères objectifs liés à l'efficacité collective lors des phases de transition et d'attaque placée <p>Arbitrer une rencontre à plusieurs avec partage des règles : siffler, signaler à la table de marque, faire appliquer la réparation.</p>	<p style="text-align: center;">En direction de soi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lors d'un temps mort prendre l'initiative de proposer un changement d'organisation tactique. • Respecter l'organisation adoptée et les principes de jeu afférents • Maîtriser son engagement face à la pression adverse. • Analyser sa prestation et celle de son équipe avec lucidité. • Maintenir son engagement dans le respect du règlement. <p style="text-align: center;">En direction d'autrui</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercer et respecter son rôle au sein du collectif. • Respecter les choix de ses partenaires. • Prendre ses responsabilités en tant qu'arbitre, expliquer ses décisions. • Tenir compte des conseils de ses partenaires et des observateurs. • Encourager et conseiller ses partenaires, être solidaire.