

CP 4 VOLLEY BALL

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 : L'occupation partagée de l'espace de jeu, le placement de chaque joueur (au service en réception). • Les principes d'efficacité techniques: <ul style="list-style-type: none"> - Liaison formes de frappes / productions de trajectoires (la manchette détermine la direction de la balle vers l'avant et le haut,...). - Paramètres associés de la trajectoire (direction et vitesse). • Le vocabulaire spécifique : <ul style="list-style-type: none"> - La manchette, la passe haute, l'attaque placée, frappée...). • Les règles associées au niveau de jeu notamment la pénétration dans le camp adverse (aspect sécuritaire) <p>Sur sa propre activité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les repères pour s'organiser (ballon, zone avant ou arrière, position par rapport au filet, aux partenaires). • Les possibilités de son propre jeu: ce que je sais faire techniquement (choix du mode de service, du type d'attaque ...). • Les sensations d'équilibre, de placement pour choisir la frappe adaptée. <p>Sur les autres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les indicateurs permettant de caractériser le jeu de mes partenaires et de l'équipe adverse (balle d'attaque cadeau, mise en difficulté, point...). • La répartition des joueurs sur le terrain à la réception et lors de l'échange. 	<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"> • S'organiser pour attaquer le fond de la cible adverse. • Se répartir sur le terrain pour défendre toute la cible. <p>Au plan individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tenir et soutenir un effort optimal sur une période de jeu. <i>Porteur de balle</i> • Assurer régulièrement une mise en jeu réussie. • S'identifier comme intervenant (réceptionneur, relayeur ou attaquant) ou non intervenant direct (soutien, aide...) et communiquer avec mes partenaires. • Adopter une posture dynamique et active permettant une intervention rapide et efficace sur la balle : orientation des appuis, flexion des jambes, équilibration. • Choisir une frappe adaptée pour permettre : • Soit la conservation du ballon quand je suis en zone arrière ou en difficulté (haute dans mon propre camp). • Soit l'attaque du terrain adverse (trajectoire tendue et si possible puissante) quand je suis en zone avant. <i>Aide au porteur de balle</i> • Adopter une attitude active pour aider mes partenaires (regard sur le ballon, orientation vers le porteur....) <p>Se rendre disponible pour faire progresser la balle vers l'avant. <i>Défenseur</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se positionner au fond de sa zone de défense. • Se placer pour remonter le ballon devant soi. <p>Savoir-faire pour aider aux apprentissages</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se concerter pour améliorer l'organisation collective de la défense de son camp et l'atteinte du fond du terrain adverse. • Apprécier globalement les raisons de la réussite ou de l'échec (individuels et collectifs) et chercher à y remédier pour progresser. • Assurer des envois de balle précis et réguliers • Assurer le bon déroulement d'un match (annoncer les fautes, le score). • Gérer les changements de joueur en cours de match • 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. • 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) arbitre(s) à l'issue d'un match. • Partager la tâche d'arbitrage.