

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

Sur l'APSA

- Les principes d'efficacité tactiques :
 - Les conditions et principes généraux d'une contre-attaque.
 - Les principes généraux du repli défensif.
- Les Principes d'efficacité techniques :
 - 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

Sur sa propre activité

- 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...).

Sur les autres

- 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...).

Savoir-faire en action

- Réaliser une préparation à l'effort collectif générale et spécifique.
- **Au plan collectif**
 - 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).
- **Au plan individuel**
 - Tenir et soutenir un effort optimal sur une période de jeu.

Porteur de balle

- 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)

Aide au porteur de balle

- 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.

Défenseur

- 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)

Savoir-faire pour aider aux apprentissages

- 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.

En direction de soi

- 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...).

En direction d'autrui

- 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.