

Compétence attendue:

Dans un jeu à effectif réduit sans arbitre rechercher le gain du match par des choix pertinents de passes permettant de conserver et faire avancer le disque jusqu'à l'en-but adverse face à une défense individuelle qui cherche à gêner le porteur.

S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié à la conservation du disque. Reconnaître la faute et jouer en respectant les partenaires et les adversaires.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Du pratiquant:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Le vocabulaire spécifique : revers, coup droit, en-but, appel, dropper, intercepter, marquer, turn-over</i> – <i>Les principes de sécurité: utilisation du disque et protection des joueurs</i> – <i>Les règles essentielles du jeu : absence de contact, marcher, disque au sol et les fondements de l'activité : fair-play, non violence, auto-arbitrage</i> – <i>Les paramètres influant la trajectoire du disque : rotation, incidence et direction, puissance du lancer</i> – <i>Les prises et modalités du lancer de revers</i> – <i>Les différentes formes de saisies pour attraper : « crocodile », « canard » à une main ou deux</i> <p>Liées aux autres rôles: L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Les informations à prélever : possession et perte du disque, accès à la zone d'en-but, points marqués</i> – <i>Les critères d'efficacité du projet de jeu : proportion ou pourcentage des possessions arrivant en zone de marque.</i> 	<p>Du pratiquant:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>S'informer avant d'agir : se situer sur le terrain, percevoir les partenaires (porteur de disque, disponibles et à distance de passe), les adversaires, les espaces libres et la cible</i> – <i>Se reconnaître attaquant ou défenseur (identification des rôles au « check » et en jeu) et réagir rapidement au changement de statut</i> – <i>Identifier fautes et règles non respectées pour arrêter le jeu (appel)</i> – <i>S'immobiliser dès qu'il y a un appel (attendre la décision des protagonistes)</i> <p>En attaque :</p> <p>Le porteur de disque (attaquant lanceur) :</p> <ul style="list-style-type: none"> o <i>Effectuer des choix pertinents de passes par rapport aux possibilités offertes</i> o <i>Prendre son temps pour lancer le disque en revers (vers un partenaire démarqué)</i> o <i>S'assurer que le receveur est prêt à recevoir le disque (communication visuelle et/ou verbale)</i> o <i>Lancer le disque de profil par rapport à la cible en position stable et équilibrée (flexion)</i> o <i>Imprimer une rotation rapide au disque pour le faire planer (au moins 5m)</i> <p>Le non porteur de disque (attaquant receveur) :</p> <ul style="list-style-type: none"> o <i>Se démarquer en avant à distance de passe</i> o <i>Appeler le disque d'un geste ou d'un regard (appel)</i> o <i>Identifier les modalités du lancer et la trajectoire du disque</i> o <i>Attraper et maîtriser le disque à l'arrêt (conservation du disque ou marque)</i> <p>En défense :</p> <ul style="list-style-type: none"> o <i>Se positionner entre le porteur du disque et l'en-but</i> o <i>Construire la distance de charge sur le porteur du disque (bras tendu plus largeur du disque)</i> o <i>Gêner le lanceur avec le haut du corps (opposition)</i> o <i>Couper la trajectoire du disque (dropper)</i> <p>Liées aux autres rôles: L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Relever des résultats d'action fiables liés aux pertes de disque et à l'accès à la zone de marque</i> – <i>Evaluer de façon chiffrée l'efficacité d'une équipe en établissant des rapports entre les données recueillies (% de disques perdus, % d'accès à la cible)</i> – <i>Communiquer les résultats des observations pour aider à la formalisation d'un projet de jeu simple en attaque</i> 	<p>Du pratiquant:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>S'engager dans un jeu collectif quels que soient ses partenaires et adversaires</i> – <i>Respecter les règles, les joueurs, le matériel</i> – <i>Prendre ses responsabilités en tant qu'attaquant lanceur, attaquant receveur et défenseur</i> – <i>Prendre l'initiative d'appeler une faute commise ou subie</i> – <i>Reconnaître sa faute ou son erreur, accepter les décisions</i> – <i>Se contrôler pour ne pas provoquer une faute intentionnelle et accepter le non-contact</i> – <i>Maîtriser ses émotions liées à la confrontation, manifester sa joie ou son dépit avec retenue</i> – <i>Prendre en compte les informations données par les observateurs pour s'organiser avec ses partenaires dans un projet collectif simple</i> <p>Liées aux autres rôles L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Faire preuve d'attention, de rigueur et d'objectivité sur tout le temps de match et lors des échanges de points de vue</i> – <i>Se montrer responsable des tâches simples confiées : chronométrage, secrétariat, relevé d'information</i> – <i>S'impliquer dans la réflexion et les échanges pour aider à l'élaboration d'un projet de jeu simple</i>

Liens avec le socle :

Compétence 1: S'exprimer à l'oral en maîtrisant un vocabulaire précis et spécifique dans les échanges liés à l'observation et les intentions de jeu

Compétence 3: Exploiter des données chiffrées liées au score et à l'observation en termes de pourcentage ou de rapport

Compétence 6 : Respecter les règles et l'esprit du jeu. Les reconnaître comme garantes du plaisir de joueur dans des conditions équitables. Assumer avec responsabilité les rôles sociaux confiés pour permettre à chacun de progresser

Compétence 7: Affiner la connaissance de soi et des autres au travers d'actions collectives entreprises et d'émotions vécues. Prendre des initiatives au cours du jeu en relation avec le projet collectif adopté.

Compétence attendue:

Dans un jeu à effectif réduit, sans arbitre, rechercher le gain du match par des relais successifs et des lancers variés pour progresser vers l'en-but et prendre de vitesse une défense individuelle qui cherche à gêner et intercepter.

S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié aux situations favorables de marque. Influencer positivement le climat de jeu. Observer et auto-arbitrer.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Les fondements de l'activité : « cercle de dialogue » – Les règles du jeu (engagement, décompte, charge) – Les différents types de prise du disque selon le lancer utilisé (revers, coup droit) – La notion de pied pivot – Les principes d'organisation corporelle lors du lancer : ligne de pieds par rapport à la cible – La notion d'appuis et de soutien (avancer, conserver) – Les points forts et faibles de son équipe et ceux de l'équipe adverse communiqués par les observateurs – Ses points fort et points faibles <p>Liées aux autres rôles :</p> <p>L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Les indicateurs de conservation et de progression du disque, de relais successifs, de lancers variés – Les formes de jeu utilisée : en pénétration, en contournement, par au-dessus – Les critères d'efficacité du projet de jeu et des différents joueurs 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Coordonner ses actions avec celles de ses partenaires – Se repérer dans l'espace afin d'optimiser la répartition rationnelle des joueurs – Varier le rythme de jeu (modulation vitesse de déplacements/de relais, passes tendues/planantes) – Gérer son effort pour enchaîner plusieurs matchs sans perte d'efficacité – Analyser les observations transmises et bâtir un projet collectif pour améliorer l'efficacité offensive et défensive de l'équipe <p>En attaque :</p> <p>Le porteur de disque :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire le choix de « percer, contourner ou loper » en fonction de la position de ses partenaires et adversaires ○ Utiliser le pied pivot (augmentation de l'espace de lâcher du disque) ○ Induire en erreur son marqueur direct sur son intention de jeu (feinte) ○ Lancer avant la fin du décompte (optimisation du temps de possession) ○ Adapter le lancer aux capacités du receveur (lecture de trajectoire, mobilité, rattrapé maîtrisé) ○ Produire au moins deux types de trajectoires différentes (rectiligne ou en courbe incidente ou tendue ou planante) et augmenter sa distance optimale de passe (au moins 8m) ○ Se rendre disponible suite à sa passe (passe et va) <p>Le non porteur de disque :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Exploiter l'espace de jeu en largeur et en profondeur pour offrir des solutions de passes ○ Etre toujours disponible pour le porteur du disque (appel depuis ou vers un espace sans contrainte défensive) ○ Se porter joueur d'appui (vers l'avant) ou de soutien (à l'arrière ou sur les côtés) selon les capacités du lanceur et le degré d'opposition ○ Gagner le duel avec son adversaire direct (vitesse, direction, feinte) ○ Rattraper le disque en étant en mouvement (réception dynamique) ○ Proposer des alternatives de réception dans la zone d'en-but <p>En défense :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Presser son adversaire direct en tenant compte des réceptionneurs potentiels (marquage) ○ Gêner le lanceur avec l'ensemble du corps (dissuasion, opposition, drop) ○ Intervenir sur les trajectoires des disques (drop, interception) ○ S'inscrire dans une organisation collective pour récupérer le disque (projet de jeu défensif) <p>Liées aux autres rôles :</p> <p>L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Repérer l'utilisation de relais et de lancers variés – Calculer un rapport (passes complétées/perdus) pour quantifier l'implication et/ou l'efficacité du joueur au sein de son équipe – Rendre compte de l'efficacité des actions de l'équipe et des joueurs observés 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> – S'engager dans la construction et la réalisation d'un projet collectif – Accepter la répartition des rôles dans l'équipe notamment la formation des couples attaquant -défenseur homogènes entre eux (même niveau de jeu) – Etablir une communication entre les joueurs selon le contexte offensif ou défensif – Laisser les protagonistes directs prendre seuls la décision suite à une faute (respecter l'échange de points de vue) – Influencer positivement le climat de jeu et le groupe – Tenir compte des conseils donnés par ses partenaires en les considérant comme une aide et non comme une critique <p>Liées aux autres rôles :</p> <p>L'observateur :</p> <ul style="list-style-type: none"> – Se mettre à disposition des autres pour s'entraider dans le travail ou améliorer l'efficacité du groupe – Faire preuve d'objectivité et de tolérance dans l'observation d'un joueur – Participer ou animer le « cercle de dialogue » en fin de partie
<p>Liens avec le socle :</p>		
<p>Compétence 1: Savoir s'exprimer et argumenter en utilisant un vocabulaire spécifique lors des phases de « cercle de dialogue », de verbalisation ou de formalisation de projet d'équipe.</p>		
<p>Compétence 3 : Etablir des statistiques individuelles ou collectives, exploiter les données chiffrées pour formuler des hypothèses de jeu et faire évoluer le projet collectif</p>		
<p>Compétence 6: Participer à l'application collective du règlement et au projet de jeu. Coopérer pour les progrès de chacun ; animer le « cercle de dialogue » ; développer l'esprit de solidarité</p>		
<p>Compétence 7: Se connaître et connaître les autres pour mettre en place un projet de jeu réaliste basé sur les qualités de chacun et sur les propositions de l'ensemble des joueurs. Prendre des initiatives dans le groupe pour gérer collectivement une situation de match ou d'apprentissage.</p>		