

Sp.Co ULTIMATE		CYCLE 1	10h de pratique
Programmes EPS <i>« Ce qui doit être appris »</i> Compétences propres au groupement Activités de coopération et d'opposition: Sports Collectifs cf. arrêté du 18/06/96 cf. BO n°29 du 18/07/96		<input type="checkbox"/> Connaître et respecter les règles essentielles du sport collectif pratiqué <input type="checkbox"/> S'inscrire dans un jeu collectif et chercher à marquer plus de points que l'adversaire : intégrer la notion de cible, différencier jouer contre et jouer avec, se reconnaître attaquant ou défenseur. <input type="checkbox"/> Faire les choix élémentaires permettant d'atteindre la cible : jouer avec un partenaire démarqué, réceptionner et passer, jouer court ou long et/ou large ou profond. <input type="checkbox"/> Maîtriser quelques techniques nécessaires à la forme de jeu développée et relative : à l'occupation de l'espace, à l'action de lancer et de marque, à la liaison lanceur/réceptionneur.	
Collège Belledonne <i>« Ce qu'il faut faire »</i> Compétence spécifique en ULTIMATE cf. doc.A		Dans un match en 4/4, avec des règles adaptées et un rapport de force équilibré, l'élève développe un jeu direct vers l'en-but adverse, avec ses partenaires en prenant en compte ses adversaires. Il connaît, applique et fait appliquer les règles adaptées à la forme de jeu produite.	
CONNAISSANCES <i>« Ce qu'il faut savoir pour faire »</i>		CRITERES D'ACQUISITION OBSERVABLES <i>« Ce que l'on doit voir faire »</i>	
<ul style="list-style-type: none"> ↪ Règles adaptée de l'activité. -cf. doc.A (I-B. règlement adapté) ↪ Principes d'opposition: <ul style="list-style-type: none"> ○ connaître son rôle ○ identifier la cible ↪ Principes de choix: <ul style="list-style-type: none"> ○ utilisation du partenaire ○ utilisation du temps ○ utilisation de l'espace ↪ Principes d'actions: <ul style="list-style-type: none"> ○ occuper l'espace ○ se repérer ○ lancer, passer, relayer ○ réceptionner ○ marquer ○ appuyer, soutenir ○ récupérer, intercepter 		<ul style="list-style-type: none"> • Respect des règles (consensus négocié entre les joueurs concernés si infraction -marcher, drop,...- ou faute -contact-) • Capacité à faire respecter ces règles (fair play et co/auto-arbitrage) • différenciation "jouer avec" et "jouer contre" • identification "attaquant" ou "défenseur" • intégration de la cible (embut adverse) et de la réorientation du jeu lorsqu'une équipe marque (changement d'embut) • jeu dans l'espace libre à conquérir ou avec le partenaire démarqué (appel) • passe immédiate ou utilisation du décompte • jeu court ou long, et/ou latéral ou profond (de contournement ou direct) • agrandissement du triangle lanceur/adversaire direct/lui même (changement de rythme) • agrandissement de l'espace de jeu • orientation par rapport au trajet du disque (réception d'une passe- ou terrain adverse -pour marquer) • lancer en revers avec utilisation du pied pivot (incidence, vitesse et rotation du disque) • dosage de l'énergie transmise au disque (trajectoire réceptionnable) • lecture de la trajectoire du disque (incidence, vitesse, rotation) et anticipation pour se (dé)placer afin de réceptionner le disque • jeu rapide orienté vers l'embut adverse • déplacement pour se démarquer et proposer une solution de passe • gêne le lanceur (écran dynamique) pour freiner la progression du disque • coupe les lignes de passe (aplatit le triangle lanceur/adversaire direct/lui-même) 	
SITUATION DE REFERENCE <i>« conditions dans lesquelles les apprentissages sont évalués »</i>		OUTILS <i>« instruments facilitant la mise en œuvre... »</i>	
<ul style="list-style-type: none"> • 4/4 terrain de hand (ligne d'en-but à 6m) 		<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Exemples : cf doc FC <input type="checkbox"/> Possibilités matérielles : -disques de diamètres différents 	