

## Compétence attendue de niveau 3 :

- pour la voie professionnelle, au bulletin officiel n°2 du 19 février 2009.
- pour la voie générale et technologique, au bulletin officiel spécial n°4 du 29 avril 2010.

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