

Compétence attendue :

Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain du match par des choix pertinents d'actions et de déplacements pour conserver et accéder régulièrement à la zone de marque, face à une défense qui cherche à gêner la progression adverse dans le respect du non contact.

S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple, lié à la progression du frisbee. S'auto arbitrer et réguler ses interventions dans le respect de ses partenaires et adversaires.

<u>Connaissances</u>	<u>Capacités</u>	<u>Attitudes</u>
<p>Le vocabulaire spécifique : L'attraper (catch), l'échappe et mise au sol (drop), le check (remise en jeu) Notion de zone de marque</p> <p>Du pratiquant : des règles de jeu essentielles : Le non contact Le turn-over, présentation du frisbee à l'adversaire lors d'une faute</p> <p>Porteur du frisbee: Le marché. Le pivot</p> <p>Non porteur: se démarquer « hors de la zone d'ombre »</p> <p>Défenseur : distance de défense sur le porteur,(bras + frisbee) un seul adversaire sur le porteur Tenue du frisbee prise revers</p> <p>Liées aux autres rôles : L'observateur : Les éléments recensés dans l' observation (possessions de frisbees, pertes, accès à la zone de marque)</p>	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se reconnaître attaquant et défenseur et réagir rapidement au changement de statut. - Gérer son effort pour réaliser plusieurs matchs de 6 à 8 minutes sans perte d'efficacité. - Etre acteur de l'arbitrage - En attaque : S'informer avant d'agir : percevoir les partenaires (PF, NPF démarqué latéralement, à distance de passe en appui ou en soutien) <p>Porteur de frisbee :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire voler le frisbee à plat - Pivoter pour s'orienter - Choisir le NP à distance de passe (de 6 à 8 mètres) <p>NP de frisbee :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etre en position dynamique (je m'arrête et j'attrape, j'attrape et je m'arrête) - Se placer à distance de passe - Sortir de l'alignement. être vu du PF <p>Défenseur :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Défendre sur le PF et sur la trajectoire du frisbee - Différencier les rôles défenseur proche, défenseur lointain. <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prélever des indicateurs simples de l'efficacité 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auto-arbitrage : application des règles et fair-play - Enoncer à haute voix les fautes de l'adversaire - S'investir dans la progression et la récupération du frisbee quelque soit l'évolution du score et les qualités techniques des joueurs. - Agir en sécurité : Protéger son visage et celui des adversaires <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire preuve d'attention, de rigueur et d'objectivité sur tout le temps de match - Se montrer responsable des tâches simples confiées : chronométrage,secrétariat, et relevé d'informations - S'impliquer dans la réflexion et les échanges pour aider les autres dans l'élaboration d'un projet de jeu simple

Liens avec le socle :

- Maîtrise de la langue française et étrangère (Pilier 1 et Pilier 2)
- Exploiter les résultats de l'observation pour formuler des hypothèses de jeu et faire évoluer le projet collectif (Pilier 3)
- Connaître et comprendre, respecter les règles de vie collectives (pilier 6)
- Comprendre l'importance du respect mutuel et accepter les différences (pilier 6)
- Prendre des initiatives (pilier 7)
- Développer ses ressources (pilier 7)

Compétence attendue :

Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain du match par des choix pertinents d'actions et de déplacements pour accéder rapidement à la zone de marque, face à une défense qui cherche à récupérer le frisbee dans le respect du non contact.

S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple, lié à la progression rapide du frisbee. S'auto arbitrer et réguler ses interventions dans le respect de ses partenaires et adversaires.

Connaissances

Le vocabulaire spécifique :

L'attraper (catch), l'échappe et mise au sol (drop), le check (remise en jeu), le pick (écran sur le NPF)

Notion de zone de marque

Du pratiquant :

Des règles de jeu essentielles :

Le non contact Le turn-over, présentation du frisbee à l'adversaire lors d'une faute

Porteur du frisbee: Le marché. Le pivot

Tenue du frisbee prise revers ou coup droit

Choisir une forme de lancer adaptée à la situation de jeu

Non porteur: se démarquer « hors de la zone d'ombre »

Défenseur : distance de défense sur le porteur, (bras + frisbee) un seul adversaire sur le porteur

Liées aux autres rôles :

L'observateur :

Les éléments recensés dans l'observation (critères d'efficacité, indicateurs de performance)

Capacités

Du pratiquant :

- Se reconnaître attaquant et défenseur et réagir rapidement au changement de statut.
- Gérer son effort pour réaliser plusieurs matchs de 4 à 5 minutes sans perte d'efficacité.
- Etre acteur de l'arbitrage
- En attaque : enchaîner les actions de jeu
- Passer de Porteur à partenaire)

Porteur de frisbee :

- Produire des trajectoires variées (droite ou curviligne)
- Allonger la distance de passe
- S'orienter pour passer

NP de frisbee :

- S'écarter du défenseur et rester à distance de passe

Défenseur :

- Anticiper sur la trajectoire du frisbee
- Différencier les rôles défenseur sur le PF et sur les NPF

Liées aux autres rôles :

- Prélever des indicateurs de l'efficacité
- Connaître le score à tout moment de la rencontre
- Rendre compte de l'efficacité des actions de l'équipe et des joueurs observés.

Attitudes

Du pratiquant :

- Auto-arbitrage : application des règles et fair-play
- Enoncer à haute voix les fautes de l'adversaire
- Reconnaître ses fautes
- S'engager dans la construction et la réalisation d'un projet collectif
- Prendre ses responsabilités et adapter ses choix en fonction du score
- Agir en sécurité : Protéger son visage et celui des adversaires

Liées aux autres rôles :

- Faire preuve d'attention, de rigueur et d'objectivité sur tout le temps de match
- Se montrer responsable des tâches confiées : organisation et gestion de tournois
- Se mettre à disposition des autres, pour s'entraider dans le travail et améliorer l'efficacité du groupe

Liens avec le socle :

- Maîtrise de la langue française et étrangère (Pilier 1 et Pilier 2)
- Exploiter les résultats de l'observation pour formuler des hypothèses de jeu et faire évoluer le projet collectif (Pilier 3)
- Connaître et comprendre, respecter les règles de vie collectives (pilier 6)
- Comprendre l'importance du respect mutuel et accepter les différences (pilier 6)
- Prendre des initiatives (pilier 7)
- Développer ses ressources (pilier 7)