

CP4 PELOTE BASQUE

Compétence attendue de niveau 5 : Pour gagner la partie, concevoir et conduire des *projets tactiques* en enrichissant son jeu (varier le rythme, masquer les coups, etc.) face à un adversaire identifié

CONNAISSANCES	CAPACITES	ATTITUDES
<p>Sur l'Apsa:</p> <p><i>Les principes d'efficacité tactique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Les espaces pertinents de gain du point ou de mise en difficulté de l'adversaire. Les conséquences sur le jeu adverse par une succession de trajectoires variées dans le temps et l'espace, accélérées et/ou modifiées. Jouer un deux contre un au moment opportun Créer l'incertitude dans l'équipe adverse Adopter une stratégie d'équipe dès le départ de la partie et l'adapter en fonction de l'analyse du jeu adverse au cours de la partie. <p><i>Les principes d'efficacité technique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Registre complet des frappes, des trajectoires, d'atteinte des cibles en fonction des positions sur la kantxa. Registre varié des buts et les adapter au placement de l'adversaire ou à sa qualité de renvoi. Connaissances des algorithmes à donner face aux frappes de l'adversaire <p><i>Culture spécifique :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Terminologie spécifique (décompte des points en basque,...) Connaissances sur différentes spécialités, des lieux de pratique et des instruments; Modalités de pratique fédérales nationales ou internationales. <p><i>Arbitrage :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> selon le règlement fédéral, approfondissement et argumentation des règles. <p>Sur sa propre activité :</p> <ul style="list-style-type: none"> Connaitre ses points forts, ses points faibles et les caractéristiques de son jeu. Adopter des stratégies cohérentes (seul ou en équipe) avec les caractéristiques du jeu adverse. Principes tactiques (fixer, déborder ou prendre à contre-pied,, entre deux), caractéristiques de sa situation (favorable ou défavorable) dans un rapport de force. Principes biomécaniques et biométriques selon les frappes. Les éléments de la préparation physique qui permettent de durer puis récupérer après l'échange. Gestion des tempos. <p>Sur les autres:</p> <ul style="list-style-type: none"> Connaitre les éléments permettant de caractériser le jeu de l'adversaire, ses points forts et faibles en terme de frappes, d'espaces de jeu, de choix tactiques privilégiés et son mental et son état physique. 	<p>Savoir-faire en action :</p> <ul style="list-style-type: none"> Planifier et réaliser une préparation à l'effort générale et spécifique. Tenir et soutenir un effort sur la durée (successions de sets) Se renforcer spécifiquement. <p><i>En attaque :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Construire le point dès le but en tenant compte de la probabilité du retour pour garder l'avantage, Varié la fréquence des échanges et produire des enchainements de frappes variées, accélérées et modifiées pour créer des déséquilibres et exploiter des espaces libres en mettant l'adversaire en situation de crise spatio-temporelle. Identifier sa situation (favorable ou défavorable) dans le rapport de force et adapter sa réponse. Stabiliser ou améliorer la qualité des frappes (précision, puissance, trajectoire) Neutraliser : trouver des solutions pour reprendre l'avantage et inverser le rapport de force. Créer de l'incertitude. Maintenir une posture dynamique pré-active d'attaque. <p><i>En défense :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Analyser et pré-agir dès le moment de la frappe de l'adversaire pour optimiser le déplacement et adapter sa réponse. Avoir des solutions optimales de renvoi sur les coups de l'adversaire. <p>Savoir-faire pour aider aux apprentissages</p> <ul style="list-style-type: none"> Conseiller un joueur à partir de caractéristiques repérées sur lui et son adversaire. Assumer le rôle de partenaire d'entraînement et réguler son action pour optimiser l'apprentissage de son partenaire. Analyser ses choix tactiques au regard de ceux de l'adversaire. Analyser les raisons de l'échec ou de la réussite dans la partie et émettre des hypothèses de résolution. Etre capable d'organiser un tournoi au sein de la classe optimisant le temps de jeu et le nombre de rencontres . 	<p>En direction de soi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Accepter d'être conseillé par un camarade Dépasser la déception de la défaite et relativiser la victoire: <ul style="list-style-type: none"> pour en retirer des éléments constructifs, pour améliorer un point faible, pour formaliser une autre stratégie Rester lucide sur l'analyse du déroulement de la partie malgré l'émotion suscitée par la fin d'un set. Communiquer de façon constructive avec son partenaire par des retours positifs et des conseils intégrant sa propre prestation. <p>En direction d'autrui :</p> <ul style="list-style-type: none"> Aider son partenaire dans tous les domaines du jeu quelques soient ses défaillances et communiquer de façon constructive avec lui Arbitrer de façon impartiale en étant capable de justifier ses décisions si nécessaire. Reconnaître et exprimer les qualités d'un adversaire. Accepter de modifier momentanément son jeu pour aider un camarade dans les phases d'apprentissage aménagées.