

Fiche ressource Ultimate Niveau 3

Compétence attendue : Rechercher le gain d'une rencontre par l'utilisation de divers espaces de jeu (proche, loin...) afin de mettre en place une attaque fondée sur des choix tactiques collectifs et la vitesse d'exécution. La défense est organisée et réduit l'espace de jeu. Les élèves sont capables d'organiser un projet collectif au regard de leurs ressources et des informations prises avant et pendant le jeu. Respecter les partenaires, les adversaires, et les règles pour s'auto arbitrer avec l'aide d'observateurs.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Liées au vocabulaire spécifique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passe et va, appui, soutien, compté, longue (passe planante en profondeur), faute appelée, « check », défense individuelle « homme à homme », up-side.(lob), « zoneur ». <p>Liées au règlement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le compte : le lanceur dispose de 10 secondes (8 en salle) pour faire une passe. • Le check : repère visuel après une faute appelée pour redémarrer le jeu (toucher le disque). • Intervenir en jeu au bon moment pour appeler une faute. <p>Liées au jeu et à la technique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier les différents lancers : revers (back), coups droit (side), lob (up side). • Identifier les différentes formes de trajectoire : planante, courbes, sur la tranche. • Identifier les placements et les déplacements collectifs qui permettent de conserver le disque et d'obtenir une proportion intéressante de passes en situation favorable. • Repérer les fautes à ne pas commettre pour éviter de perturber le bon déroulement de la compétition. • Identifier le rôle de « zoneur » à l'approche de la zone d'en-but. 	<p>Porteur du disque (PD) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilise aussi bien le coup droit que le revers. • Pivote de l'un à l'autre pour feinter son défenseur en passant simultanément d'une prise à l'autre. • Accélérer ou poser le jeu disque en main quand la situation l'impose (pression défensive et partenaires marqués ou passes possibles vers l'avant vers des partenaires démarqués). • Faire circuler le disque latéralement voire en arrière jusqu'à ce qu'une passe soit faisable. <p>Non porteur du disque (NPD) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Créer des espaces libres en se plaçant suffisamment loin du porteur et dans l'axe du terrain, puis faire ses appels en cours vers les côtés et le porteur. • Se replacer sans gêner les appels de ses partenaires. • Alternner temps forts (changements de rythme soudains) et temps de repos. <p>Défenseur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sur le porteur : dans le respect de la distance et du pied pivot, bouger les bras et être mobile sur ses jambes pour dissuader, gêner, intercepter la passe. • Sur les partenaires du porteur : chercher à garder un œil à la fois sur le disque et sur son adversaire direct. • Avant le jeu : se mettre d'accord en équipe pour que chacun s'occupe de suivre un adversaire partout sur le terrain jusqu'à ce que le disque soit récupéré. • Si une passe arrive près de moi, je cherche activement à l'intercepter. 	<p>Porteur du disque (PD) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Garder son self-control quant le compte avance avant de faire la passe. • Accepter de ne pas progresser vers l'avant à chaque passe. <p>Non porteur du disque (NPD) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entrer dans une relation de défi avec son adversaire direct. • Accepter de faire des appels vers les côtés ou l'arrière. <p>Défenseur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respecter la distance de défense, et compter sans agresser le porteur. • Entrer dans une relation de défi avec son adversaire direct. <p>Le pratiquant de façon générale :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître ses fautes et accepter celles des autres. • Appeler et expliquer une faute avec calme. • S'arrêter si une faute est appelée et attendre le check pour se remettre en mouvement. • Pouvoir prendre en charge le management de l'organisation et de l'analyse collective. • Pouvoir conseiller un autre de niveau inférieur sur les plans techniques, tactiques et de règlementaires. • Quel que soit le score, accepter la défaite ou rester humble dans la victoire.

Lien avec le socle commun:

- Compétence 1 : Exprimer clairement son opinion dans lors des appels de fautes et la discussion avec l'adversaire.
- Compétence 2 : Utiliser les termes anglais spécifique (back, side, check, turn-over, pool...).
- Compétence 3 : Exploiter les résultats de l'observation pour formuler des hypothèses de jeu et faire évoluer le projet collectif en fonction des objectifs visés.
- Compétence 5 : Acquérir une culture plus fine de l'activité au niveau technique et tactique.
- Compétence 6 : Prendre ses responsabilités pour garantir un auto-arbitrage dans un climat serein.
- Compétence 7 : Prendre des initiatives dans l'auto arbitrage, prendre ses responsabilités dans le jeu (tenter la passe décisive).