

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Classe : \_\_\_\_\_

Ecole : \_\_\_\_\_



Equipe  
EPS1 93



# Mes compétences en handball



# Mes compétences travaillées en handball

CP

*(en italique compétences visées, programme 2016)*

## A/ En tant que joueur :

*Je recherche le gain du jeu, de la rencontre*      *Je comprends le but du jeu et j'oriente mes actions vers la cible*      *Je m'adapte aux actions d'un adversaire*

### 1/ J'attaque pour marquer

### 2/ Je défends pour intercepter et récupérer le ballon

*J'accepte l'opposition et la coopération*  
*Je m'informe, je prends des repères pour agir seul ou avec les autres*  
*Je coordonne des actions motrices simples*

#### Comme porteur du ballon

#### Comme non porteur du ballon

#### Sur les non porteurs du ballon

#### Sur le porteur du ballon

Je contrôle la balle  
 Je fais une passe  
 Je tire

Je me démarque

Je réduis les possibilités de passes

J'empêche la progression des joueurs

J'empêche le joueur d'avancer

Je protège les buts

### 4/ Je sais changer de rôle de défenseur à attaquant, et de d'attaquant à défenseur

Dès la récupération du ballon, je m'organise pour attaquer dans les meilleures conditions

Dès la perte du ballon, je m'organise pour défendre dans les meilleures conditions

Je relance rapidement à la main vers un partenaire démarqué

### 5/ Je connais et je respecte les règles en tant que joueur

*Je respecte les règles essentielles de jeu et de sécurité*

*Je connais les règles des jeux collectifs vers le handball*

*Je respecte les consignes*