

FICHE CONSEILS CANDIDATS **ÉPREUVE PONCTUELLE FACULTATIVE** **HANDBALL**

Cette fiche annexe (voir la fiche épreuve) a pour objet de vous expliquer de manière succincte les modalités de cette épreuve et de présenter quelques conseils de préparation.

L'épreuve de handball est composée d'une prestation physique sur 16 points et d'un entretien sur 4 points.

Compétence attendue niveau 5 : *Pour gagner le match, mettre en œuvre une organisation offensive capable de faire basculer le rapport de force en sa faveur par un enrichissement des alternatives d'attaques (s'infiltrer, surpasser, contourner) face à une défense placée.*

1. Remarques du jury

Niveau requis : l'épreuve facultative de handball au baccalauréat nécessite une expérience de compétition pour espérer obtenir une note supérieure à la moyenne.

Sécurité : ce type d'épreuve nécessite une préparation physique adaptée, ainsi qu'une pratique régulière de l'activité. L'expérience accumulée en compétition est un atout considérable.

Accompagnateurs : aucun observateur ne sera autorisé à proximité des terrains pendant la durée de l'épreuve.

2. Le déroulement de la prestation physique

- Les joueurs s'affrontent en match en 7 contre 7 (6 joueurs de champ + un gardien)
- Les candidats disposent d'un temps d'échauffement avant le déroulement des rencontres.
- Une première période de jeu vise à constituer des équipes homogènes.
- Les temps de jeu suivants permettent d'évaluer le niveau de prestation du candidat.

- Le jury demande de jouer sur les 2 lignes (avant ou arrière). Votre ligne préférentielle vous sera demandée lors de la distribution des chasubles.

La fin de la prestation physique est annoncée par le jury.

3. Le déroulement de l'entretien

Durée de l'épreuve orale : 15 minutes.

Quatre champs de connaissances sont abordés :

- Réflexion sur sa pratique : description et analyse.
- Connaissance de l'activité handball : aspects technico tactiques et stratégiques.
- Connaissances scientifiques en lien avec la pratique du handball : filières énergétiques, préparation physique, groupes musculaires sollicités, principes d'échauffement...
- Connaissances réglementaires et culturelles de l'activité handball.

4. La notation

Une note de 0 à 20 est proposée par le jury. Cette note finale correspond à l'addition des points acquis dans l'épreuve de prestation physique et dans l'épreuve d'entretien.

Concernant l'épreuve physique, vous trouverez l'ensemble des critères d'évaluation sur le référentiel national de l'épreuve.

5. Matériel

Une tenue sportive est exigée.

Le règlement des gymnases impose le port d'une paire de chaussures avec semelles propres et **interdit l'utilisation de la résine.**

Pour l'échauffement, le candidat est invité à venir avec son ballon personnel.

L'épreuve se déroulant sur la journée, les candidats prévoient un repas froid et une collation.

Des recommandations particulières à chaque centre d'examen peuvent être précisées sur la convocation.

Nous vous souhaitons une bonne préparation afin de réaliser la meilleure prestation possible le jour de l'épreuve.