

ACTIVITE DE VISEE

TIR A L'ARC D2 – D3

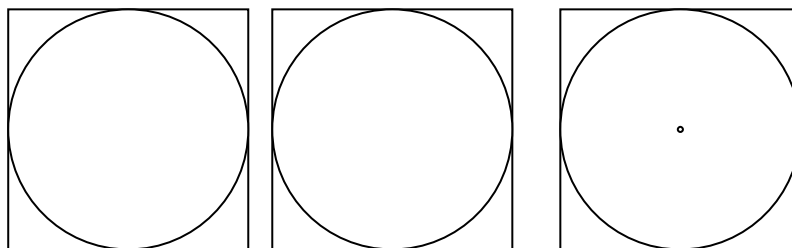
COMPETENCES ATTENDUES		PRINCIPE D'ELABORATION DE L'EPREUVE														
<p>Niveau 1 Etre capable d'atteindre et de viser une cible en contrôlant son équilibre et ses émotions dans le silence et la concentration.</p> <p>Niveau 2 Idem en cherchant la régularité du rythme des jets (préparation – jet), et 4 des 6 impacts par volée doivent être groupés - Le temps des volées est quasi -identique</p>		<p>L'épreuve se déroulera dans un gymnase, la cible est située sur son support 3 volées de 6 flèches - 1m30 entre chaque volée Cible réglementaire graduée de 1 à 10</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>Distance de la cible</td> <td colspan="2">Potence pour soutien du bras ou engin</td> </tr> <tr> <td>D2</td> <td>10 mètres</td> <td colspan="2">Oui</td> </tr> <tr> <td>D3</td> <td>15 mètres</td> <td colspan="2">non</td> </tr> </table> <p>Au début de l'épreuve le candidat communiquera au jury la zone de performance envisagée et le temps des volées</p>				Distance de la cible	Potence pour soutien du bras ou engin		D2	10 mètres	Oui		D3	15 mètres	non	
	Distance de la cible	Potence pour soutien du bras ou engin														
D2	10 mètres	Oui														
D3	15 mètres	non														
Points	ELEMENTS A EVALUER	NIVEAU 1 NON ATTEINT	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 1	DEGRE D'ACQUISITION DU NIVEAU 2												
12/20	Performance mesurée	DE 02 à 06 CF Tableau de performance	DE 06 à 09 CF Tableau de performance	DE 09 à 12 CF Tableau de performance												
06/20	EFFICACITE	De 0 à 0.5 pt par critère	De 0.5 à 1 pt par critère	De 1 à 1.5 pt par critère												
		Stabilité des appuis	Très instable sur ses appuis	Axe vertical passe par un des 2 appuis	Bonne stabilité des appuis axe vertical entre les appuis											
		Régularité temps	Temps très variables entre chaque tir	Rythme régulier des tirs d'une volée mais différence de temps entre les 3 volées	Rythme régulier des tirs dans la volée Les volées ont un temps identique											
		Régularité impact	Sortie de 2 flèches au moins « arrosage » par volée. impacts sur cible mais pas tous sur zone graduée	1 flèche au plus en dehors par volée. Les impacts des flèches sont à l'intérieur de la zone graduée	4 Tirs groupés par volée											
		Enchaînement Traction Concentration	mouvements parasites n'enchaîne par tir après la première traction Pas de concentration Bavardages, fébrilité	hésitation La longueur de préparation perturbe la prise de repères Déconcentration passagère	Bonne maîtrise de l'enchaînement traction/tir Très grande concentration pendant toute l'épreuve. Silence											
02/20	Conformité au projet annoncé	0 point Non-conformité	1 point conformité + ou – acceptable	2 points conformité quasi totale												

TIR A L'ARC D2 - D3

NOM :	Prénom :	Note finale	
examen :	année 200	N1/12	N2/2
			N3/6

CONSIGNES AU CANDIDAT	CONSIGNES AU JURY
AVANT L'EPREUVE 1° : Remplir la case de renseignements individuels 2° : inscrire son projet de zone score et 3° : indiquer le temps de chaque volée de 6 tirs	1° : inscrire globalement les impacts sur les cercles représentant les cibles 2° : calculer le score par volée en les retirant de la cible 3° : Remplir le tableau 1 au cours de l'épreuve et sur le tableau 2 remplir toutes les lignes (performance- écart au projet et efficacité en entourant les cases correspondant au niveau des critères)

TABLEAU 1



1° volée 2° volée 3° volée
 inscrire les impacts

Projet zone score	Zone :		
Score épreuve	1°volée	2°vol	3°vol
Nombre F dans cible			
Nombre F hors cible			
Projet temps 6 tirs			
Temps réel 6 tirs			

les impacts sont groupés quand ils se situent dans 3 zones contiguës dans un arc de 90° ou au centre

TABLEAU 2

		PROJET	REALISATION	Note	
PERFORMANCE		Score de 18 tirs		N1/12	
ECART AU PROJET		0pt	0,5pt	1pt	N2/2
Différence de zone score		2 zones d'écart	1 zone d'écart	Même zone	
Temps total		+ de 10%	De 10% à 5%	- de 5%	
E F I C A C I T E	Stabilité des appuis	De 0 à 0,5 par critère Très instable sur ses appuis	De 0,5 à 1 pt par critère Axe vertical passe par un des 2 appuis	De 1 à 1,5 points par critère Bonne stabilité des appuis axe vertical entre les appuis	N3/6
	Régularité temps	Temps très variables entre chaque tir	Rythme régulier des tirs d'une volée mais différence de temps entre les 3 volées	Rythme régulier des tirs dans la volée Les volées ont temps identique	
	Régularité impact	Sortie de 2 flèches au moins « arrosage » par volée. Impacts sur cible mais pas tous sur zone graduée	1 flèche au plus en dehors par volée. Les impacts des flèches sont à l'intérieur de zone graduée	4 Tirs groupés par volée	
	Enchaînement Traction Concentration	Mouvements parasites N'enchaîne par tir après la première traction Pas de concentration Bavardages, fébrilité	Hésitation La longueur de préparation perturbe la prise de repères Déconcentration passagère	Bonne maîtrise de l'enchaînement traction/tir Très grande concentration pendant toute l'épreuve. Silence	

PERFORMANCE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
- de 40	40	50	60	75	90	105	120	135	145	155	165
ZONE 1		ZONE 2		ZONE 3		ZONE 4		ZONE 5		ZONE 6	