

TIR A L ARC	PRINCIPES D' ELABORATION de l' EPREUVE session 2017 LEGT A.Roussin																				
<b>NIVEAU 4 :</b> - SE PRÉPARER et - REALISER la meilleure PERFORMANCE possible en OPTIMISANT l'organisation de : <b>Sa posture</b> Son geste pendant sa séquence de tir et Rester vigilant sur la <b>Sécurité</b>	<b>1. Le (la) candidat(e) a 2 volées de 3 flèches pour se régler et s'échauffer</b> <b>2. Cible = blason de 80 cm, Distance de Tir = Garçons : 14m Filles : 12m</b> <b>3. Il tire 3 volées de 6 flèches</b> <b>EFFICACITÉ :</b> On relève le score de chaque flèche <b>REGULARITE :</b> on contrôle la REGULARITE des flèches sur TOUTES les volées <b>PROJET :</b> le candidat doit définir 1 projet à réaliser en points, et l'annoncer en fin d'échauffement																				
<b>EFFICACITE / 10 pts</b> score: points cumulés des 18 flèches	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>											
	0 à 39	40 à 59	60 à 74	75 à 99	100 à 114	115 à 124	125 à 134	135 à 144	145 à 159	160 à 180											
<b>REGULARITE / 3 pts</b> Regroupement des flèches Addition pour les 3 volées des 2 + mauvaises flèches	<table border="1"> <tr> <td><b>0 points</b></td> <td><b>0,5 points</b></td> <td><b>1 point</b></td> </tr> <tr> <td>&lt; 12</td> <td>12 à 16</td> <td>17 à 22</td> </tr> </table>			<b>0 points</b>	<b>0,5 points</b>	<b>1 point</b>	< 12	12 à 16	17 à 22	<table border="1"> <tr> <td><b>1,5 points</b></td> <td><b>2 points</b></td> </tr> <tr> <td>23 à 28</td> <td>29 à 38</td> </tr> </table>		<b>1,5 points</b>	<b>2 points</b>	23 à 28	29 à 38	<table border="1"> <tr> <td><b>2,5 points</b></td> <td><b>3 point</b></td> </tr> <tr> <td><b>39 à 46</b></td> <td><b>47 et +</b></td> </tr> </table>		<b>2,5 points</b>	<b>3 point</b>	<b>39 à 46</b>	<b>47 et +</b>
<b>0 points</b>	<b>0,5 points</b>	<b>1 point</b>																			
< 12	12 à 16	17 à 22																			
<b>1,5 points</b>	<b>2 points</b>																				
23 à 28	29 à 38																				
<b>2,5 points</b>	<b>3 point</b>																				
<b>39 à 46</b>	<b>47 et +</b>																				
<b>TECHNIQUE / 3 pts</b>	<b>INSTABLE : 0 à 1 pts</b> Placement et/ou armé entraine des déséquilibres de la posture Visée aléatoire Armé incomplet				<b>APPLIQUE : 1,5 à 2 pts</b> - équilibré mais non aligné - déséquilibre à l'échappement - repères visages peu précis		<b>EFFICACE : 2,5 à 3 pts</b> - geste stable et répété - ancrage visage précis - repères de corde - maintien de la visée à la fin - phase de tir sans rupture														
<b>PROJET / 4 pts</b> l'élève définit 1 projet en termes de score qu'il compte réaliser sur 180 pts	<table border="1"> <tr> <td><b>0</b></td> <td><b>1 point</b></td> </tr> <tr> <td>Ecart au projet + 35 pts</td> <td>De 21 à 35 pts d'écart</td> </tr> </table>		<b>0</b>	<b>1 point</b>	Ecart au projet + 35 pts	De 21 à 35 pts d'écart			<table border="1"> <tr> <td><b>2 points</b></td> <td><b>3 points</b></td> </tr> <tr> <td><b>De 11 à 20 pts d'écart</b></td> <td><b>De 6 à 10 pts d'écart</b></td> </tr> </table>		<b>2 points</b>	<b>3 points</b>	<b>De 11 à 20 pts d'écart</b>	<b>De 6 à 10 pts d'écart</b>	<table border="1"> <tr> <td><b>4 points</b></td> </tr> <tr> <td><b>5 points d'écart et -</b></td> </tr> </table>		<b>4 points</b>	<b>5 points d'écart et -</b>			
<b>0</b>	<b>1 point</b>																				
Ecart au projet + 35 pts	De 21 à 35 pts d'écart																				
<b>2 points</b>	<b>3 points</b>																				
<b>De 11 à 20 pts d'écart</b>	<b>De 6 à 10 pts d'écart</b>																				
<b>4 points</b>																					
<b>5 points d'écart et -</b>																					

