

TIR A L'ARC

Compétences attendues:		Principes d'élaboration de l'épreuve:								
Dominer ses émotions pour maîtriser son corps afin d'être efficace pour * Niveau 1: -rester régulier dans le groupement de ses flèches en faisant varier les paramètres fondamentaux en fonction du résultat * Niveau 2: -assurer un groupement maximal en utilisant un feed-back permanent par rapport aux résultats obtenus et aux sensations éprouvées		Concevoir et réaliser un projet de tir de 11 volées de 3 flèches à 15 mètres sur un blason de 40cm Seules les 10 meilleures seront retenues Le candidat devra être capable de prédire sa prestation et de l'analyser La motricité (score et variation intra-volée) sera évaluée sur 15 points et l'aspect méthodologique sera pris en compte dans les 5 points restants [projet (2pts) et analyse de la prestation (3 pts)]. Sur présentation d'un certificat médical et après décision du jury , l'épreuve sera aménagée à partir <u>des raisons médicales suivantes</u> : tremblements, allonge réduite, problème visuel important, fatigabilité avérée						<u>-Epreuve adaptée de tir à l'arc</u> Techniques -Apache (VF) - Mongol (VP)		
Points	Éléments à évaluer	Niveau 1 non atteint			Niveau 2			Niveau 3		
7.5	<u>-Performance</u> Total des points marqués en 10 volées de 3 flèches	Apache (VF) Mongol (VP)			Apache (VF) Mongol (VP)			Apache (VF) Mongol (VP)		
		Points	Fille	Garçon	Points	F	G	Points	F	G
		0,5	-70	-75	3	100	120	5,5	150	170
		1	70	80	3,5	110	130	6	160	180
		1,5	75	90	4	120	140	6,5	170	190
		2	85	100	4,5	130	150	7	180	200
2,5	90	110	5	140	160	7,5	190	210		
7.5	<u>-Variation par volée</u> Somme des écarts des points constatés à chaque volée (volée : 10 / 8 / 6 = 4)	Apache (VF) Mongol (VP)			Apache (VF) Mongol (VP)			Apache (VF) Mongol (VP)		
		Points	Fille & Garçon		Points	Fille & Garçon		Points	Fille & Garçon	
		0,5	80		3	50		5,5	25	
		1	70		3,5	45		6	20	
		1,5	65		4	40		6,5	15	
		2	60		4,5	35		7	10	
2,5	55		5	30		7,5	5			
La note de la somme des variations par volée ne peut être supérieure de plus de 2 points à celle de la note de performance										
2	<u>-Projet</u> écart entre la performance annoncée et celle qui est réalisée	- Prévission fantaisiste par rapport à la réalisation écart inférieur à 30 → 0,5pt			-Réalise approximativement sa prévision écart inférieur à 20 → 1pt écart inférieur à 10 → 1,5 pt			-Réalise avec précision sa prévision écart inférieur à 5 → 2 pts		
3	<u>-Entretien:</u> Analyse de sa production	- n'utilise pas le vocabulaire spécifique *absence ou erreur d'analyse 0.5pt 1 pt			*analyse sa production dans ses grandes lignes en commettant quelques erreurs 1.5pt 2 pts			*analyse finement sa production 2.5pts 3 pts		

