

Compétence attendue :

En doublette, réaliser la meilleure performance possible en tir cadencé pour atteindre, à distance choisie, le plus grand nombre de cibles possibles en 6' de course équitablement réparties entre les deux tireurs, tout en gérant son effort et le rapport vitesse /précision de façon optimale.

Respecter les règles de sécurité et la distribution des rôles.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Le vocabulaire spécifique</i> ▪ <i>Les règles de sécurité</i> ▪ <i>Les points du règlement utilisés, les normes, les dimensions du cadre et l'emplacement des marquages au sol</i> ▪ <i>Les principes d'efficacité d'un lancer précis et certaines lois de la balistique</i> ▪ <i>De soi dans le rapport précision/gestion de l'effort de course</i> ▪ <i>Les ressources de son partenaire afin de pouvoir mutualiser les compétences de chacun et établir un plan de course optimal</i> <p>Liées aux autres rôles :</p> <p>Le juge :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Les principes de validation de l'atteinte de la cible et les limites à ne pas dépasser</i> <p>Le chronométrateur/l'aide :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Les modalités d'utilisation d'un chronomètre</i> ▪ <i>Les conditions d'installation et de remise en place du matériel pour pratiquer en toute sécurité</i> <p>Le secrétaire:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Les outils de relevé de données</i> ▪ <i>Le projet de plan de course des élèves observés</i> 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identifier la distance de la cible à atteindre ▪ Réaliser un lancer à l'amble en respectant les principes d'efficacité ▪ Prendre ses marques pour ne pas dépasser la limite autorisée ▪ Identifier sa vitesse optimale de course permettant d'être précis tout en réalisant le plus grand nombre de tirs possible ▪ Apprécier les effets de ses actions et les corriger en fonction du pourcentage de réussite ▪ Choisir la distance de tir permettant la plus grande efficacité ▪ Comparer le plan de course annoncé au plan de course réalisé ▪ Profiter du temps de tir de son partenaire pour récupérer et se reconcentrer <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Se placer correctement pour pouvoir observer et conseiller en toute sécurité</i> <p>Le juge :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Repérer si la boule tirée touche la cible, si l'atteinte de la cible se fait directement ou après un rebond de moins de 50cm de la cible</i> <p>Le chronométrateur/l'aide :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Repérer le départ, les temps de pratique de chacun et l'arrivée</i> ▪ <i>Repérer la position du tireur sur le terrain pour aller chercher les boules et les ranger sur le porte-boule en toute sécurité</i> <p>Le secrétaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Repérer la position du tireur sur le terrain pour comptabiliser le nombre de lancers</i> ▪ <i>Repérer la cadence du tireur</i> ▪ <i>Noter le plan de course réalisé</i> 	<p>Du pratiquant:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>S'engager dans une activité de performance en respectant les règles de sécurité</i> ▪ <i>Maîtriser ses émotions pour éviter le découragement ou la sur-motivation</i> ▪ <i>Se concentrer avant chaque tir et durant le temps de course</i> ▪ <i>Respecter le plan de course établi</i> <p>Liées aux autres rôles</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Observer avec rigueur et noter avec précision les réalisations des tireurs</i> ▪ <i>S'organiser par groupe pour assurer dans un temps imparti les différents rôles liés à la pratique de cette activité</i>
<p>Contribution aux acquisitions du socle :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Compétence 1 : Transmettre des informations claires, précises et concises sur le plan de course et les résultats obtenus ▪ Compétence 3 : Comprendre et mettre en pratique des principes biomécaniques et balistiques simples. Comprendre la notion de cadence. ▪ Compétence 6 : Acquérir le sens des responsabilités dans la gestion de la sécurité sur un boulodrome. Evaluer les conséquences de ses actes. Assumer les rôles sociaux avec rigueur. ▪ Compétence 7 : Avoir conscience de ses ressources et de celles de son partenaire pour établir à deux un plan de course le plus efficace possible. 		

Compétence attendue :

En doublette, réaliser la meilleure performance possible en tir progressif sur trois cibles placées à distances choisies, pour atteindre le plus grand nombre de cibles en 6' de course équitablement réparties entre les deux tireurs, tout en gérant son effort et le rapport vitesse /précision de façon optimale.

Se mettre en projet collectivement en annonçant les séries de tirs prévues pour chacun.

Connaissances	Capacités	Attitudes
<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>L'aménagement possible de l'espace en fonction des normes et des ressources des partenaires</i> ▪ <i>Les principes de puissance, de trajectoire et de précision du tir en relation avec la distance à la cible</i> ▪ <i>Ses ressources et celles de son partenaire</i> <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Les séries de tirs prévues par les élèves observés</i> ▪ <i>Les critères de réalisation simples pour conseiller une doublette</i> 	<p>Du pratiquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Aménager l'espace en fonction des séries de tirs prévues</i> ▪ <i>Adopter un rythme de course d'élan accéléré, adapté aux distances des cibles à atteindre</i> ▪ <i>Associer les paramètres de puissance et de précision du tir en fonction de la distance progressive à atteindre</i> ▪ <i>Coordonner les actions de prise d'élan/lancer et lancer/reprise de course</i> ▪ <i>Réaliser le lancer avec amplitude et fluidité</i> ▪ <i>Etablir une stratégie d'allures de course, la respecter et la modifier au cours de l'action en fonction de l'efficacité obtenue</i> ▪ <i>Se connaître grâce à des repères spatiaux et temporels de plus en plus intéroceptifs et de moins en moins extéroceptifs</i> ▪ <i>Gérer son effort pour rester précis notamment dans les derniers lancers</i> ▪ <i>Analyser son action et celle de son binôme pour progresser</i> <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Identifier la cadence du tireur</i> ▪ <i>Conseiller une doublette sur les allures de course adoptées mises en relation avec les résultats obtenus</i> ▪ <i>Aider un tireur à comparer les sensations perçues avec les critères observés</i> 	<p>Du pratiquant:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Se fixer des objectifs ambitieux mais réalisables</i> ▪ <i>Accepter de répéter pour progresser</i> ▪ <i>Etre à l'écoute de son ressenti et vigilant par rapport aux résultats pour réguler ses actions</i> ▪ <i>Ecouter et utiliser avec pertinence les conseils donnés par les observateurs</i> ▪ <i>Utiliser les résultats de la doublette à partir des observables fournis pour affiner le plan de course et les séries de tirs</i> <p>Liées aux autres rôles :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Etre attentif au maintien du dispositif et aux règles de sécurité.</i> ▪ <i>Assumer en autonomie les rôles et les tâches proposés</i> ▪ <i>Remettre le matériel en place (boules, plots)</i>
<p>Liens avec le socle :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Compétence 1 : Argumenter les choix du plan de course, s'exprimer par rapport aux sensations perçues</i> ▪ <i>Compétence 6 : Accepter les remarques, les conseils</i> ▪ <i>Compétence 7 : Affiner la connaissance de soi pour prendre confiance et prendre des initiatives pour gérer le couple précision/vitesse. Cultiver le désir de réussir et assumer les choix de la doublette.</i> 		