

# le **TIR À L'ARC**

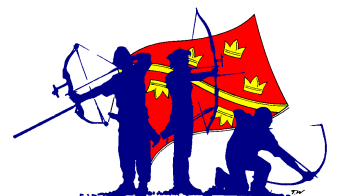
**dans les Ecoles Primaires**  
**Elèves du 3<sup>ème</sup> Cycle**

---

## **UNITÉ D'APPRENTISSAGE 1**

---

**De la découverte à la visée pointe**



*Comité Départemental de  
Tir à l'Arc du Haut-Rhin*

Ce dossier, destiné au soutien pour la mise en place de l'activité Tir à l'Arc en milieu scolaire a été élaboré par :

**Jean-Pierre GOBBO**

Breveté d'Etat d'Educateur Sportif 2<sup>ème</sup> degré Tir à l'Arc

**Sylvestre BLANCHE**

Breveté d'Etat d'Educateur Sportif 1<sup>er</sup> degré Tir à l'Arc

pour le compte du Comité Départemental de Tir à l'Arc du Haut-Rhin.

Nous remercions pour l'aide ou le soutien qu'ils ont apporté à l'élaboration de ce dossier :

**Ghislaine ZIPPER et Patrice MICHEL**

Inspection académique du Haut-Rhin, division de la vie scolaire.

**Emilie HELDERLE**

Professeur des écoles – Directrice du Centre Permanent Environnement et Montagne « La Chaume » (association des PEP 68).

**Vincent HYBOIS**

Cadre Technique National chargé de la coordination des Formations auprès de la Fédération Française de Tir à l'Arc – Professeur d'E.P.S.

# TIR A L'ARC

Le Tir à l'Arc peut être pratiqué par tous les élèves du cycle 3.

---

## Pourquoi l'activité Tir à l'Arc ?

L'apprentissage à travers cette activité devra permettre à l'élève de construire les compétences liées à la perception et à la représentation de la conduite motrice.

Il s'agira pour les élèves de cycle 3 qui vont s'initier à cette discipline de redonner au Tir à l'Arc sa valeur profonde en la libérant de toutes les complications afférentes au viseur, en rappelant le geste des ancêtres (visée flèche).

---

## Lieu

Toutes les installations agréées par un titulaire du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif

---

## Matériel

Adapté aux élèves.

Si le matériel est celui de l'école, il sera contrôlé par le Breveté d'Etat lors de la visite du lieu.

Dans les autres cas, le Breveté d'Etat dispose de son matériel propre.

---

## Organisation de l'activité - Encadrement

Le Tir à l'Arc fait partie des activités à encadrement renforcé :

- Jusqu'à 24 élèves, le maître de la classe, plus un intervenant qualifié ou bénévole agréé
- Au-delà de 24 élèves, un intervenant qualifié ou bénévole agréé supplémentaire pour 12 élèves.

Pour pratiquer cette activité l'enseignant doit faire preuve de compétence.

Plusieurs cas de figure :

- L'enseignant fonctionne avec un titulaire du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif spécialisé Tir à l'Arc : formation requise pour l'enseignant, suivre les séances proposées par la formation
- L'enseignant fonctionne en autonomie, avec un bénévole agréé : formation requise : niveau initiateur (40 heures de formation + pratique personnelle)

- Repenser le sens de l'effort physique et mental
- Entraîner une maîtrise sur le plan tonico -sensoriel
- Restituer l'image du corps et l'expression de lui-même
- Retrouver les racines profondes de cette activité (fantasmes et appartenance à la société)

Effets recherchés prioritairement (compétences visées) :

**REALISER** : Réaliser des formes d'actions motrices  
 Enrichir son répertoire d'actions motrice  
 Etre efficace et sûr dans des actions inhabituelles  
 Prendre des risques

**IDENTIFIER** : Identifier, sélectionner, et appliquer des principes pour agir (coordination, latéralisation)  
 Comprendre et identifier dans une situation les éléments de réussite ou d'échec  
 Connaître et choisir l'action la plus adaptée en fonction des caractéristiques de l'arc et du milieu  
 L'espace d'action pour pratiquer en toute sécurité

**GERER** : faire un projet d'action et s'engager contractuellement individuellement  
 Gérer son effort et ses émotions (tournoi)  
 Faire respecter les règles de sécurité

### Traitement didactique

Savoirs et connaissances à développer	Situation d'apprentissage
<u>Principe de projection</u> : ➤ Tenir l'arc, poser la flèche ➤ Tendre l'arc, lâcher la corde ➤ Lancer la flèche dans une zone délimitée ➤ Affiner son geste	Trouver les moyens de lancer une flèche vers une cible, en utilisant un arc
<u>Principe d'orientation</u> : ➤ viser une cible en adaptant l'alignement flèche-cible-corps ➤ Trouver la position du corps équilibrée pour une meilleure visée	➤ Trouver la position idéale pour effectuer le tir dans les meilleures conditions ➤ Expliquer et justifier les consignes de sécurité
<u>Principe de décentration</u> : ➤ Maîtriser son geste pour la visée ➤ Poursuivre son geste après le lâcher de la flèche	➤ Trouver l'équilibre dans son tir ➤ Garder la position après le tir et commenter les effets.
<u>Principe de mise en tension</u> : ➤ Maîtriser l'engin ➤ Utiliser la pleine allonge	➤ Prendre conscience et mobiliser les parties du corps nécessaire au bon accomplissement du geste

# INTRODUCTION À LA DÉMARCHE

Le débutant cherche immédiatement à atteindre le jaune.

Dans le but de satisfaire sa demande, nous utilisons le système de visée avec la flèche. Cela permet d'une part, de simplifier le mouvement et la visée pour être rapidement efficace → **placer en situation de réussite**.

D'autre part ce système permet de **prendre conscience de son mouvement** facilement et de comprendre le fonctionnement qu'il sera essentiel d'adopter lors de l'unité d'apprentissage.

---

## Placer en situation de réussite

Le débutant pour prendre goût à l'activité et augmenter sa confiance en ses possibilités doit être placé en situation de réussite.

Il doit se faire plaisir rapidement. C'est à dire que le cadre doit être capable de proposer des situations simplifiées pour les nouveaux tireurs.

---

## Prendre conscience de son mouvement

Dans le cadre de notre activité, il faut arriver à déplacer le centre d'intérêt du tireur vers un autre objectif que le résultat en cible.

Le débutant a comme envie première de toucher « le jaune ». Son centre d'intérêt est alors porté sur les résultats en cible.

Le tireur capable de prendre conscience de son mouvement traite les informations nécessaires pour se concentrer sur ce qu'il exécute. Les résultats en cible ne sont plus prioritaires.

Le cadre doit aider le tireur à construire un mouvement adapté depuis le point de départ (première orientation de l'arc), jusqu'à un point d'arrivée (la fin du geste).

---

## Savoir gérer différentes distances

Ensuite, le débutant doit tirer de plus en plus loin dans le cadre de l'unité d'apprentissage.

C'est la raison pour laquelle, le système de visée évolue afin :

- de rester efficace à des distances plus longues.
- De mettre en place plus facilement la gestion de la visée avec un viseur (objectif d'une deuxième unité d'apprentissage).

Etre capable d'atteindre la cible en respectant les consignes de sécurité propres à l'activité

## 1/ PRESENTATION GENERALE DE L'ACTIVITE

Condition d'organisation: En classe entière

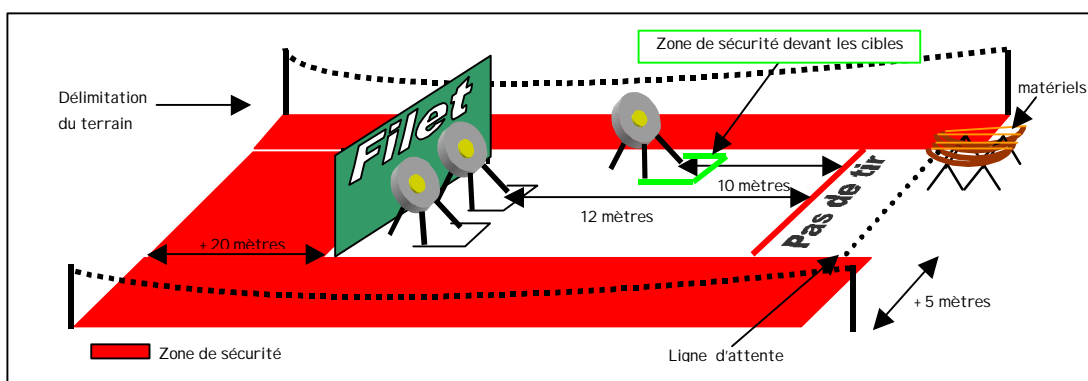
Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Le tir à l'arc est un sport à risque Consignes de sécurité à respecter : - Ne pas tirer avant le signal - Ne pas aller chercher les flèches avant le signal	Respect des consignes de sécurité	Faire répéter les consignes aux enfants tout le long de la séance

## 2/ PRESENTATION

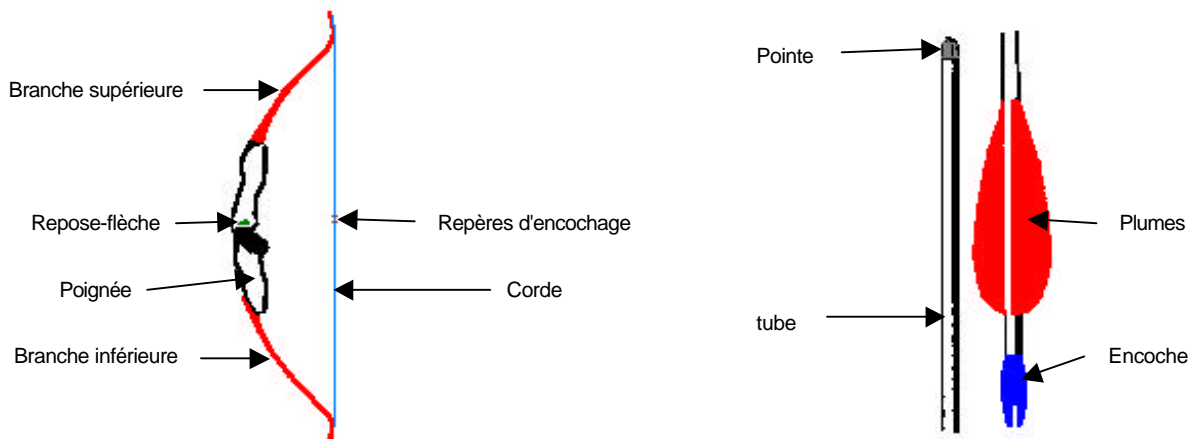
Condition d'organisation: En classe entière

### 2-a/ Présentation du terrain

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
- Définir le pas de tir - Ne pas dépasser le pas de tir avant le signal - Groupe de quatre enfants sur la même cible.		- La ligne d'attente est utile pour savoir si tout le monde à fini de tirer - La ligne d'arc permet de donner un lieu où ranger le matériel.



### 2-B/ Présentation de l'arc et de la flèche



**2-c/ Présentation du tir**

Consignes	Description	Observation Bilan
On place : - La flèche entre les deux repères qui sont sur la corde et sur le repose flèche. - Les pieds de chaque côté de la ligne - L'arc se tient sur le scotch - La corde se tient avec 3 doigts sous la flèche - Bras tendu vers la cible, on amène la main qui tient la corde sur la joue.	Le scotch se trouve sur le grip à l'intérieur de la poignée 2 couleurs différentes (droitier - gaucher)	Etre attentif à : - Flèche en direction de la cible - Arc en pleine allonge (bras tendu)

**3) Distribution du matériel + premier tir**

Conditions d'organisation: 3 à 6 cibles Distance de tir : 5-8 mètres Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs
--

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
<b>Chaque élève tire 3 flèches puis les recherche et les donne à son binôme:</b> "Au signal, tirez sur la corde jusqu'à la joue, visez avec la flèche et lachez quand vous sentez que c'est bon" "Au signal, allez chercher les flèches tirées sans courir, attention qu'il n'y ait personne derrière les flèches quand vous les retirez"	Respect des consignes de sécurité Tirer à pleine allonge	La flèche atteint la cible
<b>Introduction de la grille après une première série de tir</b> <b>Observation:</b> Les élèves qui n'ont pas d'arc se placent sur la ligne d'attente pour observer l'observateur remplit la grille puis échange des rôles		Grille d'observation (positionnement)

**4) Bilan**

Conditions d'organisation:	En classe entière
----------------------------	-------------------




Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Mise en commun des grilles, échange au sein des binômes Présentation prochaine séance		

# Grille d'Evaluation Tir à l'arc

## Séance N°1

Nom:

Classe:

<b>Je suis capable de ...</b>				
Sécurité	respecter les consignes de sécurité			
	attendre le signal pour tirer			
	attendre le signal pour chercher mes flèches			
	chercher mes flèches sans courir			
	me positionner sur le pas de tir			
Actions motrices	placer correctement la flèche sur la corde			
	tirer l'arc à pleine allonge			
	envoyer une flèche dans la cible			
	viser avec la flèche			
	amener la main sur la joue			
	amener la flèche devant l'œil			
Organisation	aider à préparer le terrain			
	ranger mon arc quand j'ai fini			
	aider à ranger le terrain en fin de séance			
Participation	être sérieux et attentif			
	être silencieux pendant que les autres tirent			
	participer au bilan et mises en commun			

**TOTAL:**



### Etre capable de lancer la flèche dans une zone déterminée

#### 1/ RAPPEL DE LA SEANCE PRECEDENTE

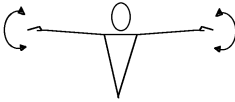

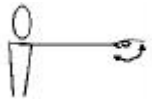
Condition d'organisation: Classe entière

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Faire retrouver aux enfants les consignes de la séance précédente Distribution du matériel		Insister sur les consignes de sécurité

#### 2/ ECHAUFFEMENT

Condition d'organisation: Classe entière

##### 2-a/ ECHAUFFEMENT PHYSIQUE GENERAL

Consignes	Description	Observation Bilan
Bras tendus, effectuez des petites rotations pour échauffer les épaules, 10 dans un sens, 10 dans l'autre sens Ensuite, augmenter l'amplitude des rotations		Les rotations doivent être lentes
Bras le long du corps, les épaules relevées, faites tourner la tête pour échauffer la nuque, 10 fois dans un sens, 10 fois dans l'autre sens		Les rotations doivent être lentes
Bras tendus devant soi, fermez et ouvrez vos poings très dynamiquement pour échauffer vos doigts, vos avants bras, 20 fois.		Maintenir les bras tendus.

##### 2-B/ ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles sans blasons  
Distance de tir : 5-8 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Tirez vos flèches dans le panneau en vous faisant plaisir 3 volées de 3 flèches		Respect des règles de sécurité dès cette première phase de tir de la séance.

#### 3/ APPRENTISSAGE DE LA VISEE FLECHE

Condition d'organisation: Comme précédemment, avec blasons de Ø 80 cm

Voir fiche technique: VISER AVEC TOUTE LA FLECHE

##### 3-a/ REPRESENTATION INITIALE/ MISE EN SITUATION DE RECHERCHE

Condition d'organisation: Classe entière

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
"Comment faites vous pour viser la cible"	Pertinence des observations	

## UNITÉ D'APPRENTISSAGE TIR À L'ARC - SÉANCE N°2

### 3-b/ MISE EN COMMUN

Condition d'organisation:	Classe entière Les binômes qui ont une proposition font une démonstration à toute la classe
---------------------------	--

Consignes	Description	Observation Bilan
"Montre nous ce que tu proposes pour viser."	A partir des réponses des enfants, en mettre certains en situation de démonstration pour valider ou invalider la proposition.	

### 3-c/ STRUCTURATION: APPORT TECHNIQUE + ENTRAÎNEMENT

Condition d'organisation:	3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 5-8 mètres Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs
---------------------------	--

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
La main sur la joue, aligner l'œil, l'encoche, la pointe et la cible. Servez-vous de la direction de la flèche pour viser.	Positionnement de la flèche devant l'œil	Grille d'observation

### 4/ AFFINER SON POSITIONNEMENT EN SE DONNANT DES REPERES

Condition d'organisation:	Comme précédemment
---------------------------	--------------------

Consignes	Description	Observation Bilan
Main sur la joue, placez l'index au coin de la bouche en gardant la même visée.	Se donner un repère fixe au niveau du visage pour régulariser son mouvement.	Grille d'évaluation

### 5/ BILAN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Mise en commun des grilles, échange au sein des binômes	Retour d'informations	Participation des élèves.
Présentation prochaine séance		

## VISER AVEC TOUTE LA FLÈCHE



### Descriptif :

Le tireur rapproche l'encoche de son œil. Il place ses doigts sous la flèche de telle façon que lorsque l'index touche un repère fixe, à la commissure des lèvres, l'encoche arrive devant l'œil.

La visée s'effectue avec le prolongement de la flèche dans le jaune. L'archer dirige son tir grâce à la direction que lui montre la flèche.

Pour être efficace la mise en tension de l'arc doit être complète.

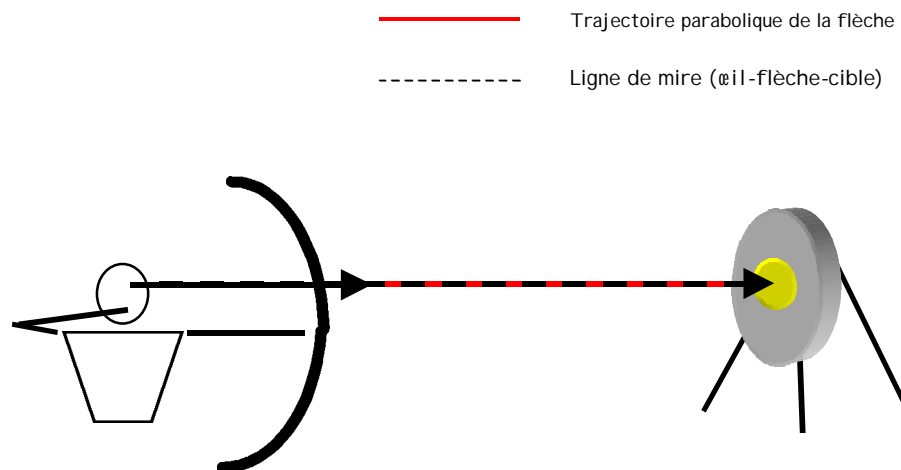
C'est à dire que, le bras tenant l'arc étant tendu, l'encoche de la flèche doit être très près de l'œil, afin de viser avec les deux extrémités de la flèche (alignement de l'encoche et de la pointe).

Etre à pleine allonge permettra d'adopter un mouvement cohérent avec les exigences de l'activité, mais aussi d'emmagasiner toute la puissance de l'arc pour assurer une trajectoire directe de la flèche.

### Remarque :

Ce système est simple à mettre en œuvre.

Il implique une distance de tir courte car la flèche doit avoir une trajectoire rectiligne.






# Grille d'Evaluation Tir à l'arc

## Séance N°2

Nom:

Classe:

<b>Je suis capable de ...</b>				
<b>Sécurité</b>	respecter les consignes de sécurité			
	attendre le signal pour tirer			
	attendre le signal pour chercher mes flèches			
	chercher mes flèches sans courir			
	me positionner sur le pas de tir			
<b>Actions motrices</b>	placer correctement la flèche sur la corde			
	tirer l'arc à pleine allonge			
	envoyer une flèche dans la cible			
	viser avec la flèche			
	placer mes doigts toujours au même endroit sur la corde			
	répéter mon geste régulièrement			
	placer mes doigts correctement sur la corde pour que la flèche arrive devant l'œil			
	amener l'index au coin de la bouche			
<b>Organisation</b>	aider à préparer le terrain			
	m'échauffer correctement			
	ranger mon arc quand j'ai fini			
	aider à ranger le terrain en fin de séance			
<b>Participation</b>	être sérieux et attentif			
	retrouver ce que j'ai appris			
	être silencieux pendant que les autres tirent			
	aider mon binôme quand il en a besoin			
	participer au bilan et mises en commun			

**TOTAL:**

**Etre capable de lancer la flèche dans une zone déterminée en augmentant la distance de tir (apprendre la visée pointe)**

### 1/ RAPPEL DE LA SEANCE PRECEDENTE

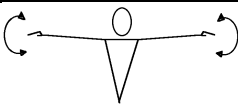

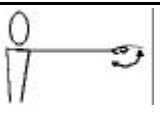
Condition d'organisation: Classe entière

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Faire retrouver aux enfants les consignes de la séance précédente Distribution du matériel		Insister sur les consignes de sécurité

### 2/ ECHAUFFEMENT

Condition d'organisation: Classe entière

#### 2-a/ ECHAUFFEMENT PHYSIQUE GENERAL

Consignes	Description	Observation Bilan
Bras tendus, effectuez des petites rotations pour échauffer les épaules, 10 dans un sens, 10 dans l'autre sens Ensuite, augmenter l'amplitude des rotations		Les rotations doivent être lentes
Bras le long du corps, les épaules relevées, faites tourner la tête pour échauffer la nuque, 10 fois dans un sens, 10 fois dans l'autre sens		Les rotations doivent être lentes
Bras tendus devant soi, fermez et ouvrez vos poings très dynamiquement pour échauffer vos doigts, vos avants bras, 20 fois.		Maintenir les bras tendus.

#### 2-B/ ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles sans blasons  
Distance de tir : 5-8 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Tirez vos flèches dans le panneau en vous faisant plaisir 3 volées de 3 flèches		Respect des règles de sécurité dès cette première phase de tir de la séance.

### 3/ APPRENTISSAGE DE LA VISEE POINTE

**Description: Voir fiche technique " VISER AVEC LA POINTE DE LA FLECHE "**

## UNITÉ D'APPRENTISSAGE TIR À L'ARC - SÉANCE N°3

### 3-a/ EXPERIMENTATION

Condition d'organisation:	3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 8 à 12 mètres par paliers successifs Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs
---------------------------	---

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
"Tirez comme aux séances précédentes. Visez avec la flèche dans le jaune" <b>Faire tirer les enfants en faisant varier la distance de tir:</b> 3 flèches à 8 mètres, puis 3 flèches à 10 mètres, puis 3 flèches à 12 mètres	Atteindre la cible en groupant ses flèches	Constat que le groupement de flèches descend en cible.

### 3-b/ MISE EN COMMUN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Description	Observation Bilan
"Quel constat faites-vous"	A partir des réponses des enfants, expliquer que plus la distance de tir est grande, plus les flèches vont bas.	La technique de visée flèche ne fonctionne plus, donc on va viser uniquement avec la pointe de la flèche.

### 3-c/ EXPLICATION DE LA TECHNIQUE VISEE POINTE + ENTRAINEMENT

Condition d'organisation:	3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 12 mètres par paliers successifs Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs
---------------------------	---

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
"Déplacer les doigts sur la corde en les rapprochant de la flèche, index sur le repère"	Marquer sur la corde un repère précis (ruban adhésif)	Grille d'évaluation
"Gardez le repère au visage"		
<b>Entraînement:</b> "Visez avec la pointe de flèche dans le jaune" Les observateurs remplissent la grille d'évaluation	Atteindre la cible en groupant les flèches au plus près du centre	Grille d'évaluation Insister sur la nécessité de garder le repère au visage

### 4/ BILAN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Mise en commun des grilles, échange au sein des binômes	Retour d'informations	Participation des élèves.
Présentation prochaine séance		

# VISER AVEC LA POINTE DE LA FLÈCHE

Avec l'éloignement, une trajectoire de flèche rectiligne n'est plus possible (perte de vitesse). Le tireur doit trouver les moyens pour engendrer une nouvelle trajectoire de flèche.



## Descriptif :

Dès qu'il maîtrise le placement de sa main sur son visage (régularité du mouvement), le tireur déplace ses doigts sur la corde (« pianotage » selon l'éloignement par rapport à la cible) de telle façon que l'angle de la flèche augmente : l'encoche descend (se rapproche des doigts) et la visée s'effectue uniquement avec la pointe.

Pour obtenir groupement (régularité) et performance (précision), il est indispensable :

- De garder toujours le même écart entre l'encoche de la flèche et l'index pour la même distance .
- D'avoir toujours la main placée au même endroit sur le visage afin de pouvoir s'adapter à d'autres distances.

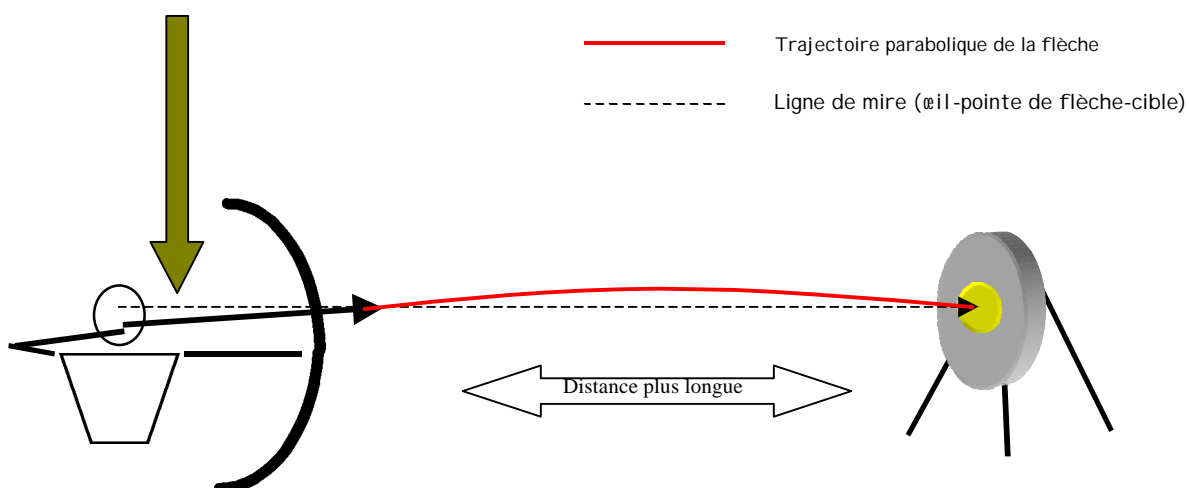
Arriver à une certaine distance l'archer ne pourra plus monter ses doigts car il sera en contact avec la flèche. Au maximum, il pourra passer l'index au dessus de la flèche et les deux autres doigts au dessous.

## A savoir :

Pour faire monter les impacts, monter les doigts près de l'encoche.

Pour faire baisser les impacts, baisser les doigts sur la corde.

L'angle de la flèche par rapport à la ligne de mire permet de faire varier les impacts en fonction de la distance.






# Grille d'Evaluation Tir à l'arc

## Séance N°3

Nom:

Classe:

<b>Je suis capable de ...</b>				
<b>Sécurité</b>	respecter les consignes de sécurité			
	attendre le signal pour tirer			
	attendre le signal pour chercher mes flèches			
	chercher mes flèches sans courir			
	me positionner sur le pas de tir			
<b>Actions motrices</b>	déplacer mes doigts pour faire arriver mes flèches au centre de ma cible			
	tirer l'arc à pleine allonge			
	envoyer une flèche dans la cible			
	viser avec la pointe de la flèche			
	placer mes doigts toujours au même endroit sur la corde			
	répéter plusieurs fois le même geste			
	faire mon geste sans penser au résultat			
	amener l'index au coin de la bouche			
<b>Organisation</b>	aider à préparer le terrain			
	m'échauffer correctement			
	ranger mon arc quand j'ai fini			
	aider à ranger le terrain en fin de séance			
<b>Participation</b>	être sérieux et attentif			
	retrouver ce que j'ai appris			
	être silencieux pendant que les autres tirent			
	aider mon binôme quand il en a besoin			
	participer au bilan et mises en commun			
<b>TOTAL:</b>				



**Etre capable de lancer la flèche dans une zone déterminée quelle que soit la distance de tir (apprendre le "pianotage")**

## 1/ RAPPEL DE LA SEANCE PRECEDENTE

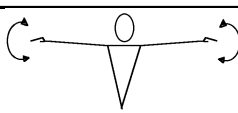

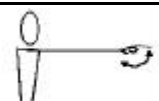
Condition d'organisation: Classe entière

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Faire retrouver aux enfants les consignes de la séance précédente Distribution du matériel		Insister sur les consignes de sécurité

## 2/ ECHAUFFEMENT

Condition d'organisation: Classe entière

### 2-a/ ECHAUFFEMENT PHYSIQUE GENERAL

Consignes	Description	Observation Bilan
Bras tendus, effectuez des petites rotations pour échauffer les épaules, 10 dans un sens, 10 dans l'autre sens Ensuite, augmenter l'amplitude des rotations		Les rotations doivent être lentes
Bras le long du corps, les épaules relevées, faites tourner la tête pour échauffer la nuque, 10 fois dans un sens, 10 fois dans l'autre sens		Les rotations doivent être lentes
Bras tendus devant soi, fermez et ouvrez vos poings très dynamiquement pour échauffer vos doigts, vos avants bras, 20 fois.		Maintenir les bras tendus.

### 2-B/ ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles sans blasons  
Distance de tir : 5-8 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Tirez vos flèches dans le panneau en vous faisant plaisir 3 volées de 3 flèches		Respect des règles de sécurité dès cette première phase de tir de la séance.

## 3/ AFFINEMENT DE LA VISEE POINTE

### 3-a/ MISE EN COMMUN

Condition d'organisation: Classe entière

Description:  
Comment maîtriser l'impact de la flèche en cible en fonction de la distance:  
- questionnement: "d'après vous ..... ?"  
- apport technique sur le pianotage

## UNITÉ D'APPRENTISSAGE TIR À L'ARC - SÉANCE N°4

### 3-b/ ENTRAÎNEMENT

Condition d'organisation:	3 à 6 cibles à différentes distances avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 8, 10 et 12 mètres Classe entière, les élèves sont par binômes et tirent successivement à chaque distance Un arc et 3 flèches pour deux élèves Tir par ½ groupe ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs
---------------------------	--

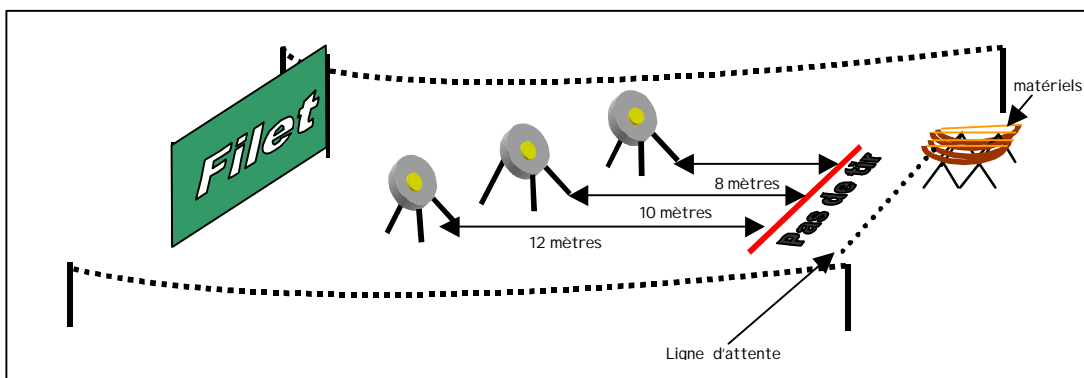
Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
<b>Expérimentation</b> "Pour faire monter les impacts, monter les doigts sur la corde, plus près de la flèche"  "Pour faire descendre les impacts, descendre les doigts sur la corde, plus loin de la flèche"	Savoir trouver la position des doigts sur la corde pour maintenir le groupement des flèches à bonne hauteur quelle que soit la distance.	Grille d'évaluation
<b>Entraînement</b> "Déplacer les doigts sur la corde en fonction de la distance"  "Gardez le repère au visage" "Visez avec la pointe de flèche dans le jaune" Les observateurs remplissent la grille d'évaluation	Gérer la position des doigts pour atteindre la cible en groupant les flèches au plus près du centre	Insister sur la nécessité de garder le repère au visage

### 4/ BILAN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Mise en commun des grilles, échange au sein des binômes  Présentation prochaine séance	Retour d'informations	Participation des élèves.

Organisation du terrain à différentes distances:






# Grille d'Evaluation Tir à l'arc

## Séance N°4

Nom:

Classe:

<b>Je suis capable de ...</b>				
<b>Sécurité</b>	respecter les consignes de sécurité			
	attendre le signal pour tirer			
	attendre le signal pour chercher mes flèches			
	chercher mes flèches sans courir			
	me positionner sur le pas de tir			
<b>Actions motrices</b>	déplacer mes doigts pour faire arriver mes flèches au centre de ma cible			
	viser en adaptant ma position à la distance de la cible			
	envoyer une flèche dans la cible			
	viser avec la pointe de la flèche			
	placer mes doigts toujours au même endroit sur la corde			
	répéter plusieurs fois le même geste			
	faire mon geste sans penser au résultat			
	amener l'index au coin de la bouche			
<b>Organisation</b>	aider à préparer le terrain			
	m'échauffer correctement			
	ranger mon arc quand j'ai fini			
	aider à ranger le terrain en fin de séance			
<b>Participation</b>	être sérieux et attentif			
	retrouver ce que j'ai appris			
	être silencieux pendant que les autres tirent			
	aider mon binôme quand il en a besoin			
	participer au bilan et mises en commun			
<b>TOTAL:</b>				

**Etre capable d'atteindre la zone délimitée en portant son attention sur son geste afin de se décentrer du score**

## 1/ RAPPEL DE LA SEANCE PRECEDENTE

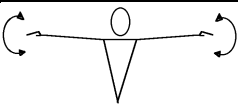

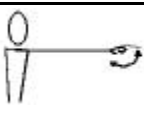
Condition d'organisation: Classe entière

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Faire retrouver aux enfants les consignes de la séance précédente Distribution du matériel		Insister sur les consignes de sécurité

## 2/ ECHAUFFEMENT

Condition d'organisation: Classe entière

### 2-a/ ECHAUFFEMENT PHYSIQUE GENERAL

Consignes	Description	Observation Bilan
Bras tendus, effectuez des petites rotations pour échauffer les épaules, 10 dans un sens, 10 dans l'autre sens Ensuite, augmenter l'amplitude des rotations		Les rotations doivent être lentes
Bras le long du corps, les épaules relevées, faites tourner la tête pour échauffer la nuque, 10 fois dans un sens, 10 fois dans l'autre sens		Les rotations doivent être lentes
Bras tendus devant soi, fermez et ouvrez vos poings très dynamiquement pour échauffer vos doigts, vos avants bras, 20 fois.		Maintenir les bras tendus.

### 2-B/ ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles sans blasons  
Distance de tir : 5-8 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Tirez vos flèches dans le panneau en vous faisant plaisir 3 volées de 3 flèches		Respect des règles de sécurité dès cette première phase de tir de la séance.

## 3/ CONSTRUCTION DU MOUVEMENT

### 3-a/ EXPERIMENTATION

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm  
Distance de tir : 12 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe  
½ groupe tireurs ½ groupe observateurs

## UNITÉ D'APPRENTISSAGE TIR À L'ARC - SÉANCE N°5

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Observation du décalage en latéral des impacts de flèches en fonction de la position au visage. "Décalez votre main à 5 cm de la joue. Visez avec la pointe de flèche et lachez"		Impacts de flèches à gauche ou à droite
"Mettez la main contre la joue. Visez avec la pointe de flèche et lachez"		Impacts de flèches dans l'axe vertical de la cible

### 3-b/ MISE EN COMMUN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Description	Observation Bilan
"Quel constat faites-vous"	A partir des réponses des enfants, expliquer l'importance de la main sur la joue	La position de base est importante.

### 3-c/ APPORT TECHNIQUE - STRUCTURATION

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

<p>Objectif: Organiser la séquence de tir pour optimiser son tir. L'attention portée sur la fin de geste apporte un prolongement de la concentration pendant l'ensemble du mouvement. Pendant le tir, la main doit être sur la joue, et dès le lâcher, la main doit atteindre à chaque tir un même point tactile défini.</p>
--

### 3-d/ ENTRAÎNEMENT

Condition d'organisation:	<p>3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 12 mètres Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves Tir par ½ groupe ½ groupe tireurs ½ groupe observateurs</p>
---------------------------	--

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
La fin de geste est aussi importante que la position de base "Amenez votre main sur un repère bien défini après avoir lâché la corde et maintenez la position 2 secondes"	Régularité du repère arrière	Grille d'évaluation

### 4/ BILAN

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------




Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Mise en commun des grilles, échange au sein des binômes  Présentation prochaine séance.	Retour d'informations	Participation des élèves.

# Grille d'Evaluation Tir à l'arc

## Séance N°5

Nom:

Classe:

<b>Je suis capable de ...</b>				
Sécurité	respecter les consignes de sécurité			
	attendre le signal pour tirer			
	attendre le signal pour chercher mes flèches			
	chercher mes flèches sans courir			
	me positionner sur le pas de tir			
Actions motrices	déplacer mes doigts pour faire arriver mes flèches au centre de ma cible			
	viser en adaptant ma position à la distance de la cible			
	envoyer une flèche dans la cible			
	viser avec la pointe de la flèche			
	aller à ma fin de geste			
	répéter plusieurs fois le même geste			
	faire mon geste sans penser au résultat			
	amener l'index au coin de la bouche			
Organisation	aider à préparer le terrain			
	m'échauffer correctement			
	ranger mon arc quand j'ai fini			
	aider à ranger le terrain en fin de séance			
Participation	être sérieux et attentif			
	retrouver ce que j'ai appris			
	être silencieux pendant que les autres tirent			
	aider mon binôme quand il en a besoin			
	participer au bilan et mises en commun			

**TOTAL:**

Etre capable d'atteindre la zone délimitée avec régularité et précision.

## 1/ PRESENTATION DU TOURNOI

Condition d'organisation: Classe entière

### Description:

Temps limité à 1'30" par volées de 3 flèches

Distance 12 mètres

6 volées de 3 flèches

Blason de Ø 80 cm

Décompte : Zone Blanche=1 point ; Zone noire=2 points; Zone bleue=3 points; Zone Rouge=4 points

Zone jaune=5 points - Toute flèche touchant le cordon (limite entre deux zones) compte au point supérieur.

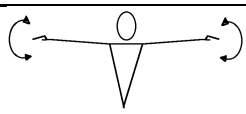

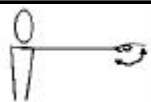
A l'issue des 6 volées, les élèves sont répartis en poules pour disputer des duels.

Les duels se déroulent en 2 volées de 3 flèches.

## 2/ ECHAUFFEMENT

Condition d'organisation: Classe entière

### 2-a/ ECHAUFFEMENT PHYSIQUE GENERAL

Consignes	Description	Observation Bilan
Bras tendus, effectuez des petites rotations pour échauffer les épaules, 10 dans un sens, 10 dans l'autre sens Ensuite, augmenter l'amplitude des rotations		Les rotations doivent être lentes
Bras le long du corps, les épaules relevées, faites tourner la tête pour échauffer la nuque, 10 fois dans un sens, 10 fois dans l'autre sens		Les rotations doivent être lentes
Bras tendus devant soi, fermez et ouvrez vos poings très dynamiquement pour échauffer vos doigts, vos avants bras, 20 fois.		Maintenir les bras tendus.

### 2-B/ ECHAUFFEMENT SPECIFIQUE - VOLEES d'ESSAI

Condition d'organisation: 3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm  
Distance de tir : 12 mètres  
Classe entière, les élèves sont par binômes  
Un arc et 3 flèches pour deux élèves  
Tir par ½ groupe

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Tirez vos flèches en retrouvant vos repères pour être au plus proche du centre de la cible.  2 volées de 3 flèches	Régularité et précision	Respect des règles de sécurité dès cette première phase de tir de la séance.  Adaptation des repères pour projeter la flèche précisément.

**3/ TOURNOI**

Condition d'organisation:	3 à 6 cibles avec blasons de Ø 80 cm Distance de tir : 12 mètres Classe entière, les élèves sont par binômes Un arc et 3 flèches pour deux élèves Tir par ½ groupe
---------------------------	--

**3-a/ TIR QUALIFICATIF**

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Vous allez tirer 6 volées de 3 flèches. Vous annoncez vos points pour qu'on les note	Régularité et précision	Vérifier l'annonce des points réalisés Gérer ses émotions

**3-b/ COMMENTAIRES ET RESULTATS**

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

<p><u>Description:</u>                  Annonce des points et du classement.                  Attribution des places en cible pour les duels (chaque duel se déroule sur la même cible).                  Les duels se tirent en 2 volées de 3 flèches.                  Chaque match gagné rapporte 3 points, chaque match perdu rapporte 1 point.                  En cas d'égalité à la fin des matchs de poule, le départage se fait sur une flèche par élève.</p>
--

**3-c/ PHASES FINALES : POULES**

Consignes	Critères de réussite	Observation Bilan
Vous allez tirer 2 volées de 3 flèches. Vous annoncez vos points pour qu'on les note	Régularité et précision	Vérifier l'annonce des points réalisés

**4/ BILAN**

Condition d'organisation:	Classe entière
---------------------------	----------------

Consignes	Critère de réussite	Observation Bilan
Annonce du résultat final. Distribution de diplômes d'initiation. Proposer l'UA2 (visée viseur)	Retour d'informations	Participation des élèves.



# TOURNOI DE TIR À L'ARC - Séries qualificatives

<b>Classe:</b>	<b>Date:</b>
----------------	--------------

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					

nom:					
	fl 1	fl 2	fl 3	Volée	Total
1					
2					
3					
4					
5					
6					



# TIR À L'ARC

## Tournoi par Poules

Match 1					
	Nom	Score1	Score 2	Total	Points
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Classe:

Date:

**Poule N°**

Match 2					
	Nom	Score1	Score 2	Total	Points
1					
4					
2					
5					
3					
6					

Match 3					
	Nom	Score1	Score 2	Total	Points
1					
3					
2					
6					
4					
5					

Match 4					
	Nom	Score1	Score 2	Total	Points
1					
6					
2					
4					
3					
5					

Match 5					
	Nom	Score1	Score 2	Total	Points
1					
5					
2					
3					
4					
6					

### Récapitulatif Poule

Nom	Match1	Match2	Match3	Match4	Match5	Total	Place

# Certificat d'initiation au Tir à l'Arc

M., Mlle, \_\_\_\_\_

a suivi une initiation de **6** séances de Tir à l'Arc

avec sa classe de \_\_\_\_\_ à l'école \_\_\_\_\_



inspection  
académique

Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

L'Enseignant:

L'animateur:



Comité Départemental de  
Tir à l'Arc du Haut-Rhin