



# ECOLE FEDERALE DE BALL-TRAP

Formation 'Perfectionnement' - Fiche de suivi Tireur



## SESSION 1 : EVALUATION DES ACQUIS

| Infos Stagiaire | Infos stage    |
|-----------------|----------------|
| N° licence      | Club           |
| Nom - Prénom    | Formateur      |
| Discipline      | Date session 1 |

| PRELIMINAIRES                           | Aquis | En cours | Non acquis | Non évalué |
|-----------------------------------------|-------|----------|------------|------------|
| <b>Ma sécurité et celle des autres</b>  |       |          |            |            |
| Règles de sécurité                      |       |          |            |            |
| Comportement hors et au pas de tir      |       |          |            |            |
| Attention, concentration                |       |          |            |            |
| <b>M'équiper</b>                        |       |          |            |            |
| Mes protections, ma tenue vestimentaire |       |          |            |            |
| La conformité de mon arme               |       |          |            |            |

| ACQUIS TECHNIQUES                                        | Aquis | En cours | Non acquis | Non évalué |
|----------------------------------------------------------|-------|----------|------------|------------|
| <b>Se placer, se préparer</b>                            |       |          |            |            |
| Me placer sur le pas de tir                              |       |          |            |            |
| Adopter une position stable                              |       |          |            |            |
| Epauler                                                  |       |          |            |            |
| Bloquer mon arme                                         |       |          |            |            |
| Positionner les canons                                   |       |          |            |            |
| Positionner les yeux                                     |       |          |            |            |
| <b>Attaquer le plateau</b>                               |       |          |            |            |
| Gérer le départ                                          |       |          |            |            |
| Contrôler la trajectoire                                 |       |          |            |            |
| Lâcher le coup                                           |       |          |            |            |
| Gérer le recul                                           |       |          |            |            |
| Contrôler le tir, corriger, tirer le 2 <sup>e</sup> coup |       |          |            |            |
| <b>Comprendre la séquence de tir</b>                     |       |          |            |            |
| Visualiser la séquence de tir                            |       |          |            |            |
| Coordonner les différents éléments                       |       |          |            |            |
| Reproduire les bons gestes sur une série                 |       |          |            |            |

## DEBRIEFING

| RESSENTI TIREUR         |           |     |       |             |
|-------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
|                         | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
| Etat physique           |           |     |       |             |
| Etat psychologique      |           |     |       |             |
| Commentaires personnels |           |     |       |             |

| RESSENTI FORMATEUR           |
|------------------------------|
| Constat général du Formateur |
| Problématiques décelées      |
| Axes de progression          |
| Moyens à mettre en œuvre     |



# ECOLE FEDERALE DE BALL-TRAP

Formation 'Perfectionnement' - Fiche de suivi Tireur



## SESSION 2 : TRAVAIL SUR UNE PROBLEMATIQUE DEFINIE

| Infos Stagiaire | Infos stage    |
|-----------------|----------------|
| N° licence      | Club           |
| Nom - Prénom    | Formateur      |
| Discipline      | Date session 2 |

| DEFINITION DE LA PROBLEMATIQUE |
|--------------------------------|
|                                |

| OBJECTIF(s) DE LA SESSION |
|---------------------------|
|                           |

| MOYENS UTILISES |
|-----------------|
|                 |

| POINTS COMPLEMENTAIRES ABORDES |
|--------------------------------|
|                                |

## DEBRIEFING

| RESSENTI TIREUR         |           |     |       |             |
|-------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
|                         | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
| Etat physique           |           |     |       |             |
| Etat psychologique      |           |     |       |             |
| Commentaires personnels |           |     |       |             |
|                         |           |     |       |             |

| RESSENTI FORMATEUR                 |
|------------------------------------|
| Constat général du Formateur       |
|                                    |
| Point sur l'objectif de la session |
|                                    |
| Axes de progression                |
|                                    |

|                                     | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
|-------------------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
| Atteinte de l'objectif              |           |     |       |             |
| Comportement général                |           |     |       |             |
| Ecoute et application des consignes |           |     |       |             |



# ECOLE FEDERALE DE BALL-TRAP

Formation 'Perfectionnement' - Fiche de suivi Tireur



## SESSION 3 : TRAVAIL SUR UNE PROBLEMATIQUE DEFINIE

| Infos Stagiaire | Infos stage    |
|-----------------|----------------|
| N° licence      | Club           |
| Nom - Prénom    | Formateur      |
| Discipline      | Date session 3 |

| DEFINITION DE LA PROBLEMATIQUE |
|--------------------------------|
|                                |

| OBJECTIF(s) DE LA SESSION |
|---------------------------|
|                           |

| MOYENS UTILISES |
|-----------------|
|                 |

| POINTS COMPLEMENTAIRES ABORDES |
|--------------------------------|
|                                |

## DEBRIEFING

| RESSENTI TIREUR         |           |     |       |             |
|-------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
|                         | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
| Etat physique           |           |     |       |             |
| Etat psychologique      |           |     |       |             |
| Commentaires personnels |           |     |       |             |
|                         |           |     |       |             |

| RESSENTI FORMATEUR                 |
|------------------------------------|
| Constat général du Formateur       |
|                                    |
| Point sur l'objectif de la session |
|                                    |
| Axes de progression                |
|                                    |

|                                     | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
|-------------------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
| Atteinte de l'objectif              |           |     |       |             |
| Comportement général                |           |     |       |             |
| Ecoute et application des consignes |           |     |       |             |



# ECOLE FEDERALE DE BALL-TRAP

Formation 'Perfectionnement' - Fiche de suivi Tireur



## SESSION 4 : TRAVAIL SUR UNE PROBLEMATIQUE DEFINIE

## DEBRIEFING

| Infos Stagiaire | Infos stage    |
|-----------------|----------------|
| N° licence      | Club           |
| Nom - Prénom    | Formateur      |
| Discipline      | Date session 4 |

| DEFINITION DE LA PROBLEMATIQUE           |
|------------------------------------------|
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

| OBJECTIF(s) DE LA SESSION                |
|------------------------------------------|
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

| MOYENS UTILISES                          |
|------------------------------------------|
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

| POINTS COMPLEMENTAIRES ABORDES           |
|------------------------------------------|
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

| RESSENTI TIREUR                          |           |     |       |             |
|------------------------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
|                                          | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
| Etat physique                            |           |     |       |             |
| Etat psychologique                       |           |     |       |             |
| Commentaires personnels                  |           |     |       |             |
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |           |     |       |             |

| RESSENTI FORMATEUR                       |
|------------------------------------------|
| Constat général du Formateur             |
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |
| Point sur l'objectif de la session       |
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |
| Axes de progression                      |
| <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

|                                     | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
|-------------------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
| Atteinte de l'objectif              |           |     |       |             |
| Comportement général                |           |     |       |             |
| Ecoute et application des consignes |           |     |       |             |



# ECOLE FEDERALE DE BALL-TRAP

Formation 'Perfectionnement' - Fiche de suivi Tireur



## SESSION 5 : SE METTRE EN MODE COMPETITION

## DEBRIEFING

| Infos Stagiaire | Infos stage    |
|-----------------|----------------|
| N° licence      | Club           |
| Nom - Prénom    | Formateur      |
| Discipline      | Date session 5 |

| DEFINITION DE LA PROBLEMATIQUE |
|--------------------------------|
|                                |

| OBJECTIF(s) DE LA SESSION |
|---------------------------|
|                           |

| MOYENS UTILISES |
|-----------------|
|                 |

| POINTS COMPLEMENTAIRES ABORDES |
|--------------------------------|
|                                |

| RESSENTI TIREUR         |           |     |       |             |
|-------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
|                         | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
| Etat physique           |           |     |       |             |
| Etat psychologique      |           |     |       |             |
| Commentaires personnels |           |     |       |             |
|                         |           |     |       |             |

| RESSENTI FORMATEUR                 |
|------------------------------------|
| Constat général du Formateur       |
|                                    |
| Point sur l'objectif de la session |
|                                    |
| Axes de progression                |
|                                    |

|                                     | Excellent | Bon | Moyen | Insuffisant |
|-------------------------------------|-----------|-----|-------|-------------|
| Atteinte de l'objectif              |           |     |       |             |
| Comportement général                |           |     |       |             |
| Ecoute et application des consignes |           |     |       |             |