

 Valeurs et savoir être

Qu'est-ce que le fair-play ?

A l'entraînement, lorsque je rencontre un débutant, quelle attitude dois-je avoir ?

A l'entraînement, lors des matchs, cite 3 valeurs ou savoir-être qui permettent à **tous les tireurs** de progresser ensemble ?

1°

2°

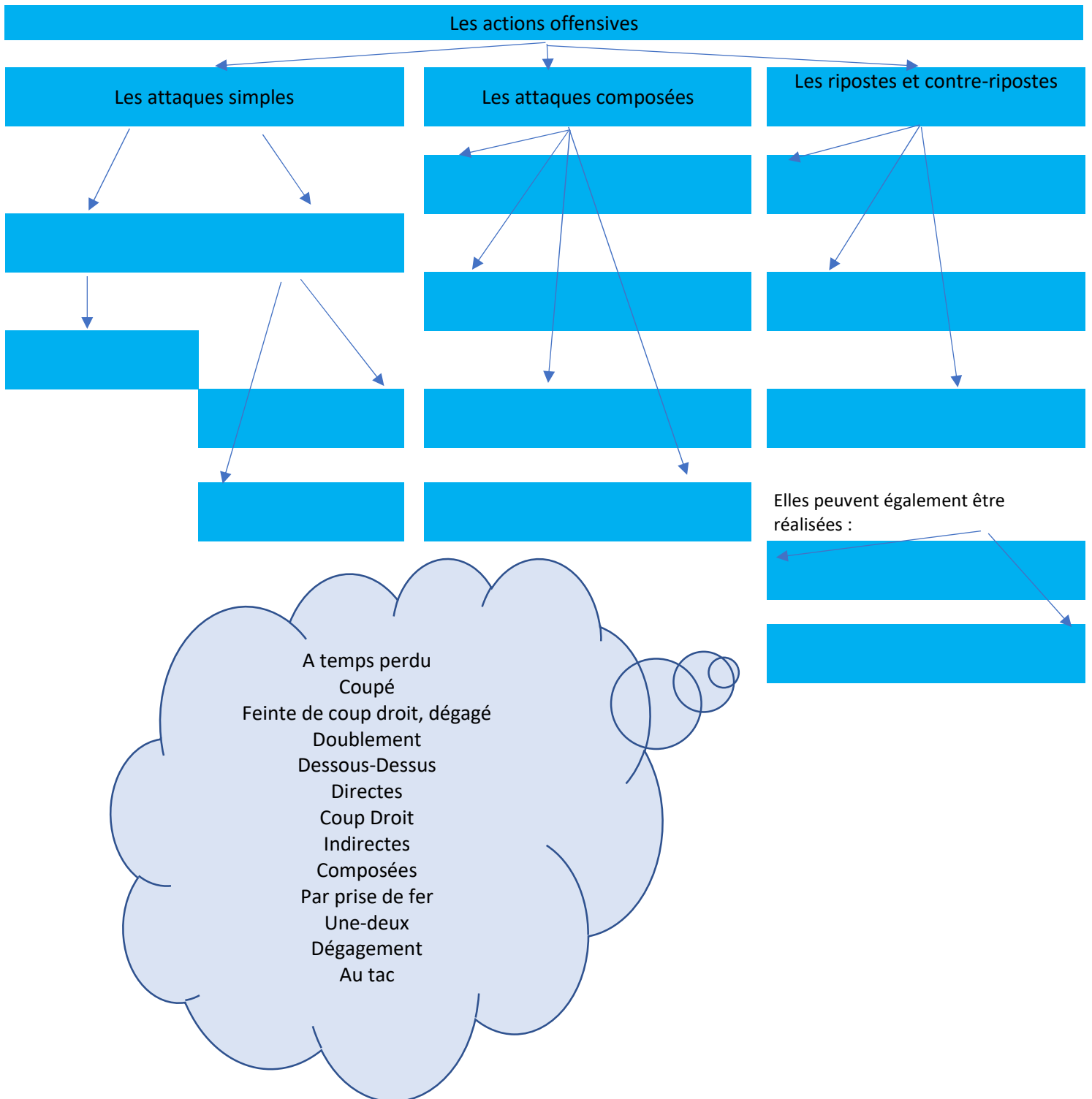
3°

 Connaissances et savoir

Avant de partir en compétition, quel matériel dois-je prendre ou emprunter et que dois-je vérifier ?

Avant un match, je teste la coquille mais mon arme s'allume lorsque je touche la coquille adverse.
Que dois-je tester en premier ?

Les actions offensives : complète le schéma avec les mots proposés dans le nuage.



Pour la pratique, tu devras réaliser toutes les actions du nuage avec le maître d'armes. Regarde leurs définitions et visualise l'action.

Les actions défensives : complète le schéma avec les mots proposés dans le nuage.

Les actions défensives

Les parades

La retraite

Passato di sotto
(petit bonhomme)

In quartata

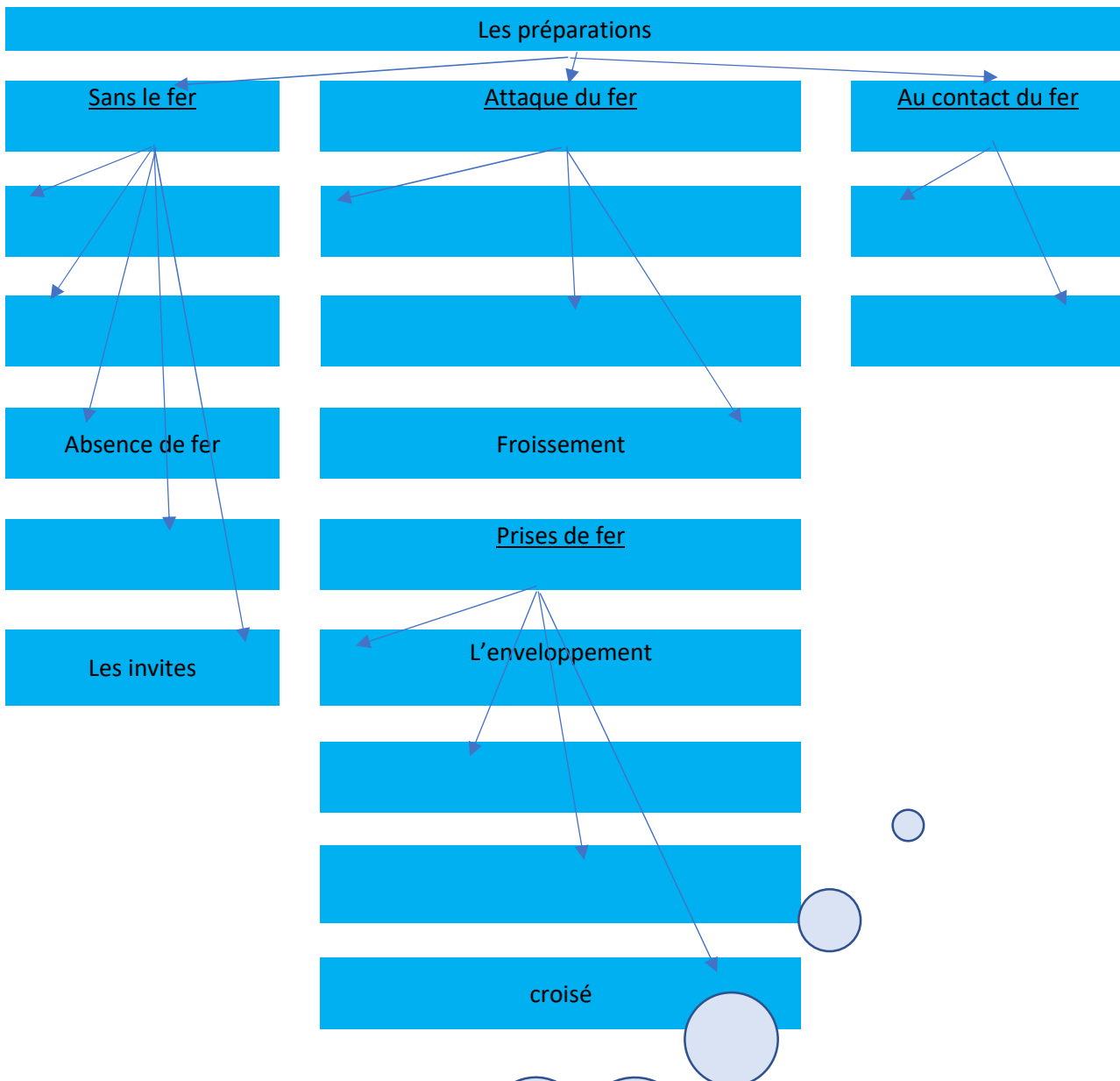
Autres manières de parer :

En cédant

Circulaires (les contres)
Latérales
Diagonales
Faire tomber dans le vide
Semi-circulaires
Au tac
En opposant
Les esquives

Pour la pratique, tu devras réaliser toutes les actions du nuage à la leçon, avec le maître d'armes, regarde leurs définitions et visualise l'action.

Les préparations : complète le schéma avec les mots proposés dans le nuage.



- Les feintes
- Les fausses attaques
- Les déplacements
- Le battement
- La pression
- L'opposition
- Le liement
- L'engagement
- Le changement d'engagement

Pour la pratique, tu devras réaliser toutes les actions du nuage à la leçon, avec le maître d'armes, regarde leurs définitions et visualise l'action.

Les actions contre-offensives

D'après la photo ci-dessous, Eliott attaque mais se fait toucher en contre-attaque.

Eliott

Arthur



Quel est l'autre nom de la contre-attaque (sans fer)?

Dans la suite du match, Eliott s'aperçoit qu'Arthur touche systématiquement en contre-attaque, en allongeant le bras. En préparation d'attaque, quelle action peut-il tenter pour éviter d'être touché ?

Qu'est-ce qu'une remise ?

Arbitrage

Cite 5 fautes du premier groupe.

Cite 1 faute du second groupe et 1 faute du 4^{ème} groupe
