

ORGANISATION GENERALE

- Les sessions de Tireur Sur Cible de niveau 1 sont organisées à l'échelon du club, en formation continue ou sous la forme d'un examen ponctuel.
- L'ensemble des compétences 1 à 5 (voir référentiel des contenus de formation) doit se faire au sein d'une même équipe pédagogique; il n'y a pas de chronologie dans la validation des capacités constitutives des compétences, ni dans la validation globale des compétences elles-mêmes.
- Les candidats disposent d'un délai de 15 mois pour acquérir l'ensemble des 5 compétences.

CONDITIONS D'ACCES A LA FORMATION

- Etre titulaire d'une licence F.F.E.S.S.M en cours de validité.
- Age minimum requis 12 ans.
- Autorisation du responsable légal pour les moins de 18 ans.
- Etre en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Tir Sur Cible de moins de 1 an et établi par un médecin.....

DELIVRANCE DU BREVET

Lorsqu'elles sont jugées satisfaisantes, chacune des compétences (de 1 à 5) devront être signées à minima par un Initiateur Entraîneur Fédéral (IEF) du Tir Sur Cible titulaire de la licence fédérale en cours de validité.

- Le brevet de Tir Sur Cible de niveau 1 (T1) est délivré par le club sous la signature du président.
- Le club doit enregistrer sur le site de la F.F.E.S.S.M le tireur sur cible de niveau 1 (T1) pour la délivrance de la carte.
- Les clubs sont responsables des brevets qu'ils délivrent et ils en gardent une trace en archives.
- En cas de perte, le duplicata est délivré directement par le siège de la F.F.E.S.S.M/

CONTENU DE FORMATION ET EVALUATION

Le tireur sur cible de niveau1 (T1) est le niveau de l'autonomie pour une pratique en sécurité en piscine. Le Tireur Sur Cible de niveau 1 (T1) arme seul son arbalète et connaît les rudiments de sécurité qui sont propres à la pratique du Tir Sur Cible.

L'enseignement portera sur les points suivants :

- Présentation de la discipline.
- Les principes de base de la technique de tir.
- Les règles de sécurité.
- Le sauvetage, la récupération et l'extraction.
- L'apnée dynamique avec une arbalète

Le brevet de Tireur Sur Cible de niveau 1 (T1) atteste de compétences. Ces compétences ou 'Savoir Faire' sont en lien avec l'enseignement et représentent les conditions minimales d'accès aux prérogatives définies par la F.F.E.S.S.M.

Les compétences attendues sont définies par le contenu du cursus obligatoire et déclinées en capacité. Chaque capacité est alors évaluée en fonction des critères de réalisation. Lorsque toutes les capacités d'une compétence sont validées, alors la compétence est déclarée acquise. Lorsque toutes les 5 compétences sont acquises, alors le brevet de Tireur Sur Cible de niveau 1 est validé.

PREROGATIVES

- Pratiquer le Tir Sur Cible sous toutes ses formes avec un encadrant fédéral du Tir Sur Cible qualifié.

Compétence 1 : UTILISER L'EQUIPEMENT

Matériel individuel (PMT, arbalète, lestage) et collectif (cibles d'initiation, perforante)

Connaissances, savoir-faire et savoir être	Commentaire et limites	Critères de réalisation
Savoir choisir et entretenir son petit matériel (palme, Masque et tuba).	Seule une connaissance élémentaire du petit matériel est demandée.	Le Tireur sur Cible de niveau 1 utilise son matériel pour se propulser correctement.
Savoir régler son lest (ceinture de lest, poids ou ventouse).	Il s'agit pour le Tireur Sur Cible de niveau 1 d'acquérir une certaine autonomie dans l'utilisation de son matériel personnel.	Le tireur sur cible de niveau 1 sait tirer en étant stable sur ses points d'appuis.
Savoir entretenir son arbalète.	Il s'agit de contrôler tous les organes de son arbalète : sandows, obus, flèche, organes de visée, fil, amortisseur, queue de détente.	Le tireur sur cible de niveau 1 vérifie l'état de son arbalète.
Mise en place du pas de tir perforant.	Si plusieurs candidats, la mise en place peut se faire en commun.	Le pas de tir doit être stable: il ne bouge pas lorsqu'on retire la flèche.

TIREUR SUR CIBLE NIVEAU 1

Compétence 2 : GESTION DU TIR

Pratique du tir : devant la cible, prise en main de l'arbalète, visée, stabilité du tir

Connaissances, savoir-faire et savoir être	Commentaire et limites	Critères de réalisation
La visée.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit connaître son œil directeur et connaître la contre visée.	Tirer dans un visuel.
Les appuis et la position.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit connaître la technique de tir.	Stabilité et respect de la distance de tir.
Maintien de l'arbalète.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit acquérir une certaine autonomie dans l'utilisation de l'arbalète.	Savoir tenir l'arbalète d'une main en surface et en immersion.
Maitrise de l'arbalète monotype.	Le candidat est capable d'armer l'arbalète.	Faire 10 tirs de précision avec au moins 7 impacts, maximum 2 impacts par visuel.

Compétence 3 : EVOLUER EN ENVIRONNEMENT SUBAQUATIQUE

Nage en surface, PMT, palmage, canard, compensation, préparation à l'apnée, nage en immersion

Connaissances, savoir-faire et savoir être	Commentaire et limites	Critères de réalisation
<p>Etre capable de faire un:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Déplacement ventral. - Déplacement dorsal. - Palmage de sustentation. 	<p>Ne pas rechercher de performances, utilisation correcte de palmes masque tuba et des appuis dans l'eau.</p>	<p>Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit savoir nager en PMT sans appui sur une distance de 200 mètres en déplacement ventral, 100 mètres en déplacement dorsal et tenir 30s en sustentation.</p>
<p>Etre capable de faire une ventilation de préparation à l'apnée</p>	<p>Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit savoir renouveler son volume pulmonaire, avant une apnée, sans hyperventilation</p>	<p>Savoir se ventiler et récupérer calmement Savoir se préparer, évoluer et récupérer avec et sans tuba.</p>
<p>Savoir s'immerger.</p>	<p>Aborder la technique du canard.</p>	<p>S'immerger efficacement.</p>
	<p>Compensation à la descente en utilisant une méthode de compensation éprouvée, exemple Valsalva</p>	<p>Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit savoir compenser efficacement.</p>
<p>Maitrise du parcours dynamique en immersion.</p>	<p>Faire un parcours de 15m en apnée avec l'arbalète, réaliser un tir puis retour surface (approche du biathlon).</p>	<p>L'impact du tir doit être dans un visuel.</p>
	<p>Faire 5 parcours de 10m en apnée avec l'arbalète, réaliser un tir puis retour surface (approche du super biathlon).</p>	<p>Au moins 3 impacts dans 3 visuels différents.</p>

TIREUR SUR CIBLE NIVEAU 1

Compétence 4 : SECURITE, AUTONOMIE, REACTION ET PARTICIPATION AUX SITUATIONS

Connaissances des règles de sécurité et des zones de tir

Connaissances, savoir-faire et savoir être	Commentaire et limites	Critères de réalisation
Maitrise des Zones de tir.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit connaître les différentes zones du bassin. (préparation, réarmement, tir).	Se positionner dans les bonnes zones pendant la séance.
Manipulation de l'arbalète.	Lors du trajet domicile piscine, au bord du bassin et sous l'eau.	Le Tireur sur Cible de niveau 1 respecte les consignes de sécurité liées à la manipulation de l'arbalète.
Reconnaître un malaise ou un accident de tir.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit savoir intervenir en cas de problème sur un autre Tireur Sur Cible lors de la pratique de la discipline.	Connaissance des signes de malaise les plus courant et des gestes d'intervention en cas de blessures.

Compétence 5 : CONNAISSANCES THEORIQUES EN APPUI

Connaissances, savoir-faire et savoir être	Commentaire et limites	Critères de réalisation
Connaître les principaux dangers du Tir Sur Cible et leur prévention.	La prévention est fondamentale.	Réponses à des questions simple, par oral ou sous forme de questionnaire de type QCM.
Maitrise des règles de sécurité	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit connaitre toutes les règles de sécurité passives et active de la discipline.	Questions écrites ou orales.
Connaissances de la pratique de la discipline et du règlement de la compétition.	Le Tireur Sur Cible de niveau 1 doit connaitre la discipline et ses prérogatives.	Questions écrites ou orales.