



STAGE DE LA TOUSSAINT

du 19 au 23 octobre 2015



La Compagnie d'Arc ELAN
Gymnase Pasteur - CHEVILLY LARUE

COMPTE-RENDU STAGE DE TIR A L'ARC

Chevilly-Larue, du 19 au 23 octobre 2015

Encadrement :

- ✚ Raymond et Marie Françoise Hybois – Entraîneurs FFTA
- ✚ Catherine Bichard - BE



Ce stage a vraiment répondu à son projet puisque 17 personnes étaient inscrites dont 10 jeunes de 10 à 17 ans, 2 handicapés visuels et 2 handicapés physiques. Âges et performances étaient tout à fait hétérogènes.



Organisation du Travail

Nous avons préparé 3 groupes de niveau afin que chacun puisse trouver la réponse à ses questions, mais au fil de la semaine il y a eu quelques glissements d'un groupe à l'autre.



Les personnes ayant déjà l'expérience de la compétition ont profité des conseils de notre BE, mais nous avons ajouté à ce groupe 2 jeunes archers dont nous attendions une grande progression, et en effet tous les deux ont pu assimiler la pratique du clicker très rapidement.



Dans le groupe intermédiaire les adolescents se sont confrontés et cette émulation a été très bénéfique pour maintenir la concentration et même la volonté de se surpasser.



Le troisième groupe était constitué de très jeunes et de moins jeunes ayant beaucoup moins d'expérience. Chacun a été pris à son niveau mais nous avons eu beaucoup de difficultés avec 2 jeunes débutants de septembre qui n'avaient aucune idée du travail attendu : très mauvaise posture, aucune technique, aucune concentration et même aucune attention... Nous avons cru devoir abandonner.

Nous avons beaucoup diminué notre niveau d'exigence et seulement souhaité un peu d'écoute... Le 3^e jour nous avons pu constater un soupçon d'écoute et de réalisation de notre projet... au dernier jour l'un d'eux a même marqué un certain intérêt pour ce qu'on lui proposait. Nous n'hésitons pas à dire que c'était un énorme progrès !



Heureusement les 3 autres du groupe bien que débutants n'ont pas présenté le même profil et pour l'un les « fondamentaux » ont été rapidement assimilés. Nous avons pu le faire travailler avec un arc et des flèches mieux adaptées, il a rapidement passer ses « flèches blanche et noire » (plus de 140 points à 10 puis à 15m en 6 volées) avec viseur et clicker.



Le second était dans l'attente de la mise en place d'un clicker : choix de longueur et de flexibilité des flèches. Ceci résolu il a pu s'entraîner et passer également sa flèche noire.



Pour le 3è candidat, nous devons reconnaître qu'il nous a fallu déjà comprendre pourquoi - alors qu'il tirait avec un arc à poulies et nous semblait déjà assez compétent - il n'avait pas les résultats attendus. Nous avons observé qu'une flexion au niveau du poignet du décocheur annulait les efforts qu'il faisait par ailleurs. Ce détail réglé a mis en évidence la grande crispation de son bras d'arc. Nous avons donc travaillé sur ce bras et sur le lâcher de l'arc. Ces 5 jours de stage n'ont pas été trop longs pour mettre au point ce qui ne semble que détails, mais il a terminé son stage avec succès sur « trispot » (blason dédié en particulier aux arcs à poulies).



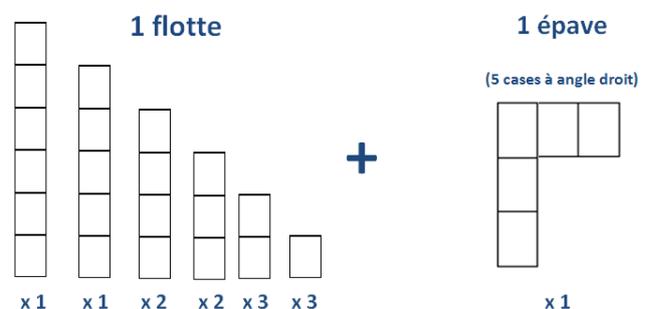
Nous n'allons pas continuer à analyser le travail de chaque participant bien que chaque progression soit intéressante pour faire comprendre le travail nécessaire pour chacun.

Conclusion

En conclusion nous voudrions évoquer cette « **bataille navale** » organisée le dernier après midi. Préparée dès le jeudi par un tir compté, nous avons pu - après un examen minutieux des résultats - former quatre équipes pour avoir 2 batailles.

Préparation sur 2 blasons de 122cm de 2 grilles de 10/10 cases repérables en abscisse de A à J et en ordonnée de 1 à 10. Sur des feuilles A4 (voir modèle) préparation de 2 grilles de 10/10 également, avec le règlement précis qui doit être exécuté scrupuleusement. C'est pourquoi les équipes doivent être équilibrées en nombre de participants (ici 4 par équipe) et en qualité.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										



Dans chaque équipe l'un est assigné à la lecture des résultats, un autre au marquage sur la feuille. Des échanges ont lieu à chaque volée pour mettre la stratégie au point puisqu'à chaque volée la situation évolue : il faut être la première équipe à avoir coulé tous les bateaux. On se met d'accord pour que les cases à couler soient assignées à l'un plutôt qu'à l'autre selon la difficulté d'accès. Chacun tire 2 flèches.





Ce jeu est très long - 3 heures - et nous avons eu la satisfaction de constater l'attention soutenue dans chaque groupe, les forts épaulant les moins forts, échangeant avis et conseils, pour faire gagner l'Équipe !!!



Nous avons constaté avec satisfaction que notre projet de mélanger les niveaux et les générations, avait bien fonctionné. Nous pensons donc que ce stage a été une réussite tant sur le plan technique que sur le plan relationnel.



✚ Textes : MF. Hybois
✚ Photos : F. Engammare
✚ Mise en page : L. Lecoq

Séance "Gainage"...



Chacun selon
ses possibilités...

Mais on a eu
des artistes !

Et fallait être attentifs à
l'ambiance....
Pas triste !!!



