



# « Cibles Couleurs »

édition 2015



Avec ton cahier de jeux  
fais vivre  
les valeurs du sport !



# Les « Cibles Couleurs » fêtent les 10 ans du dispositif !

saison 2004/2005 - saison 2014/2015

Au travers de ce cahier de jeux,  
réalise le cursus des 7 « Cibles Couleurs »  
et découvre les valeurs et qualités développées  
tout au long de ce parcours d'apprentissage.

Certaines pages contiennent des indices  
qui te permettront de découvrir en avant-première  
le thème du prochain cahier de jeux.

À toi de jouer, une fois que tu l'auras découvert,  
inscris le dans les cases ci-dessous :

p. 11 (A)

p. 6

p. 4

p. 11 (B)



# Jeux des définitions

Relie la cible couleur avec la valeur qui lui est associée puis connecte celle-ci à la définition qui lui correspond. Fais de même pour les qualités :

## Valeurs



Esprit d'équipe



Progression



Dépassement de soi



Respect



Engagement



Contrôle de soi



Fraternité



Intégration



Plaisir



Autonomie



Concentration



Responsabilité



Méthode



Amitié

**A** - Je gère mes émotions, mes réactions afin d'être fidèle à l'esprit du Tir sportif.

**B** - J'utilise toutes les ressources dont je dispose pour repousser mes limites sans m'économiser.

**C** - Je m'investis dans chacune de mes actions en les mettant au service de mes partenaires, du club et de la FFTir.

**D** - J'ai la volonté d'atteindre un niveau supérieur.

**E** - Je suis solidaire des membres de mon groupe en apportant soutien et aide.

**F** - J'encourage les autres pour favoriser la cohésion du groupe.

**G** - J'ai un sentiment de considération envers les autres, les règles et le matériel.

## Qualités

**A** - Je suis une démarche logique proposée par mon formateur.

**B** - J'accepte l'autre avec ses différences et je m'inclus dans le groupe.

**C** - Je témoigne un sentiment d'affection à ceux qui partagent, comme moi, la passion du Tir.

**D** - J'assume les conséquences de mes actes ou de ceux dont j'ai la charge.

**E** - Je maintiens mon attention sur les éléments qui me permettent de réaliser un geste précis.

**F** - Je ressens de la joie quand je réussis grâce à mon investissement.

**G** - Je peux faire seul, grâce à mes connaissances et aux conseils des autres, en prenant mes propres décisions au final.

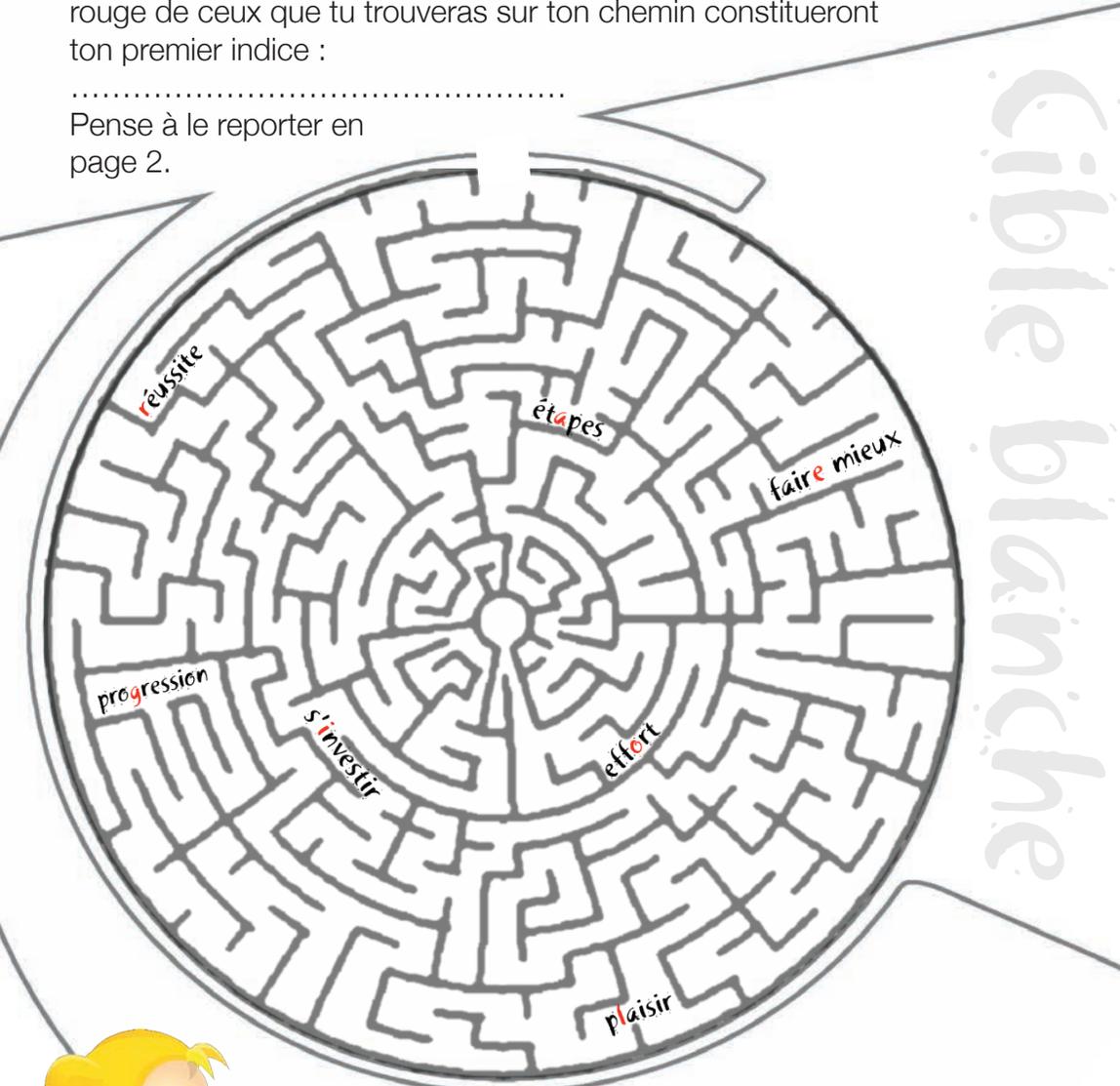
# Progression

Progresse de l'extérieur vers le centre du labyrinthe.

Attention, tu ne passeras que par certains mots et seules les lettres en rouge de ceux que tu trouveras sur ton chemin constitueront ton premier indice :

.....

Pense à le reporter en page 2.



Cible blanche



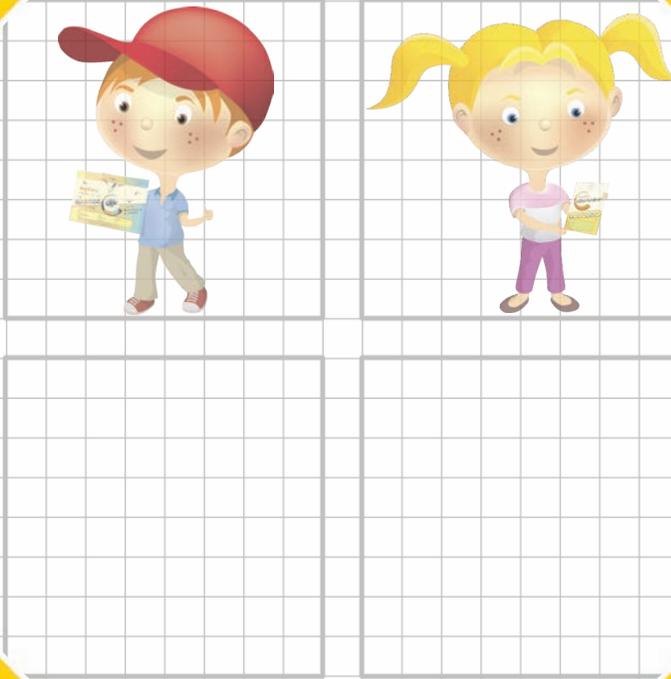
## Plaisir

J'espère que tu as pris beaucoup de plaisir en réalisant le circuit ludique où tu as pu découvrir de nouvelles disciplines. Flashe ce code et tu pourras retrouver ces activités et vivre de nouveaux bons moments !



# Méthode

Lucie te présente le passeport, il te permet de suivre la méthode d'apprentissage « Cibles Couleurs » et Théo le diplôme récompensant son implication. Utilise le quadrillage pour redessiner ces personnages :



cible jaune

## Respect

Viens témoigner d'un moment de respect dans le monde du sport qui t'a marqué. Raconte le dans un mail à adresser à la FFTir : [respect@fftir.org](mailto:respect@fftir.org)

Participe ainsi au « mur » illustrant cette qualité.

# Contrôle de soi - Concentration

Fais preuve de concentration, remplace les mots en bas de page dans la grille (horizontal, vertical, à l'endroit ou à l'envers).

Les lettres restantes donneront l'indice à reporter page 2 :

   Lettres restantes  
 =               mot indice

B	A	S	E	E	D	E	C	N	A	L	I	G	I	V	O
P	C	U	P	Q	N	U	E	T	I	S	S	U	E	R	R
I	T	C	A	T	O	C	R	E	E	R	A	L	C	R	E
I	I	C	N	D	I	N	A	Y	F	E	P	E	O	I	L
O	O	E	O	O	T	O	S	A	F	G	P	S	M	S	U
S	N	S	U	M	A	I	S	T	O	L	L	E	P	I	G
E	O	P	I	I	R	T	I	T	R	E	I	L	O	A	E
D	I	R	S	N	T	C	D	E	T	C	C	F	R	L	R
E	S	E	S	E	N	A	U	N	F	I	A	C	T	P	T
L	S	C	E	R	E	R	I	T	I	V	T	O	E	O	E
O	E	I	M	E	C	T	T	I	S	I	I	N	M	U	N
R	R	S	E	G	N	S	E	O	L	S	O	T	E	V	S
T	G	I	N	A	O	I	N	N	U	M	N	R	N	O	I
N	O	O	T	S	C	D	E	S	P	E	M	O	T	I	O
O	R	N	O	I	T	O	M	E	M	R	E	L	A	R	N
C	P	T	N	E	M	E	S	S	I	T	S	E	V	N	I

cible étrange



- |              |                 |                |               |
|--------------|-----------------|----------------|---------------|
| Action       | Concentration   | Épanouissement | Précision     |
| Application  | Contrôle/de/soi | Impulsif       | Râler         |
| Assiduité    | Créer           | Investissement | Règle         |
| Attention    | Distraction     | Mené           | Réguler       |
| Base         | Dominer         | Plaisir        | Réussite      |
| Cédé         | Effort          | Pouvoir        | Sage          |
| Civisme      | Émotion         | Progression    | Self/controle |
| Comportement |                 |                | Succès        |
|              |                 |                | Tact          |
|              |                 |                | Tension       |
|              |                 |                | Vigilance     |

# Engagement - Intégration

Ils sont différents et pourtant tous engagés dans la pratique du Tir sportif. Chacun des personnages a cherché à s'intégrer au groupe et accepter l'autre pour réussir à former l'équipe des « Cibles Couleurs ».



Ils te présentent aujourd'hui leur photo de groupe. Trouve les 7 différences qui se sont glissées entre les 2 images.

La Fédération Française de Tir te propose un circuit ludique sur ce championnat de France. Il ne s'agit pas d'une compétition, mais d'un moment de curiosité. Tu pourras y participer pendant ton temps libre. Les pratiques proposées, dans un esprit de loisir, sont la découverte de formes de tir attractives se rapprochant des disciplines gérées par la FFTir. Profite donc au maximum de ce moment où le principe est celui de participer dans la bonne humeur.

## VOICI LES DIFFÉRENTS ATELIERS DU CIRCUIT LUDIQUE

Les différentes règles des jeux seront affichées directement sur les écrans des différents espaces de pratique.

### ARBALÈTE FIELD

Deviens Guillaume Tell en testant ta dextérité à loger des flèches dans une cible de tir à l'arc.

### PISTOLET VITESSE

Essaye de combiner vitesse et précision et enchaîne les tirs.

### CIBLES BASCULANTES

Viens tester la difficulté du tir des cibles basculantes où tu devras faire tomber le plus rapidement possible les 5 cibles.

### SILHOUETTES MÉTALLIQUES

Viens t'essayer au tir sur silhouettes métalliques où le jeu consiste à renverser des cibles en métal ayant la forme d'animaux positionnées à différentes distances.

### CIBLES ÉLECTRONIQUES

Viens découvrir le plaisir de tirer sur une cible électronique comme l'équipe de France lors des compétitions internationales.

### TIR AU PLATEAU

Viens découvrir, en toute sécurité, les sensations du tir au plateau grâce au simulateur laser.

Prévois une heure environ (hors temps d'attente) pour parcourir l'ensemble du circuit. Il peut être réalisé en plusieurs fois, chaque atelier est indépendant. Pas besoin d'équipement ni d'autre matériel, seules les armes mises à disposition par la FFTir sont utilisées.



NOM : ..... Prénom : .....

Catégorie : ..... Club : .....

Grade « Cibles Couleurs » : .....

ATELIER

SCORE

TAMPON DE  
PASSAGE

ARBALÈTE  
FIELD

PISTOLET  
VITESSE

CIBLES  
BASCULANTES

SILHOUETTES  
METALLIQUES

CIBLES  
ÉLECTRONIQUES

TIR AU  
PLATEAU

J'ai obtenu mes 6 tampons. Je viens  
chercher mon cadeau à l'accueil FFTIR.



# Amitié

Aide toi d'une calculatrice et trouve le chiffre manquant pour chaque calcul de match. Ces chiffres te donnent dans l'ordre le nombre de cases qu'il faut parcourir en suivant la ligne dans la bonne direction, en partant du centre de la cible bleue.

Tu arriveras sur le mot indice A à reporter en page 2.

## ARBALÈTE FIELD

1<sup>er</sup> déplacement vers l'Est :

$$(9 \times 8) + (9 \times 9) + (1 \square \times 10) = 273$$

2<sup>e</sup> vers le Nord :

$$(4 \times \square) + (7 \times 9) + (19 \times 10) = 285$$

3<sup>e</sup> vers l'Ouest :

$$(5 \times 8) + (12 \times 9) + (1 \square \times 10) = 278$$

## CARABINE

4<sup>e</sup> vers le Sud :

$$9 \square,5 + 97,3 + 95,4 + 96,4 = 385,6$$

5<sup>e</sup> vers l'Ouest :

$$101, \square + 90,2 + 96,2 + 94,2 = 381,9$$

6<sup>e</sup> vers le Nord :

$$98,6 + 97,8 + \square 5,5 + 99,6 = 391,5$$

## PISTOLET

7<sup>e</sup> vers l'Ouest :

$$91 + 93 + 9 \square + 92 = 367$$

8<sup>e</sup> vers le Nord :

$$91 + 89 + \square 0 + 90 = 360$$

9<sup>e</sup> vers l'Est :

$$89 + 90 + 8 \square + 88 = 350$$

## PLATEAU

10<sup>e</sup> vers le Sud :

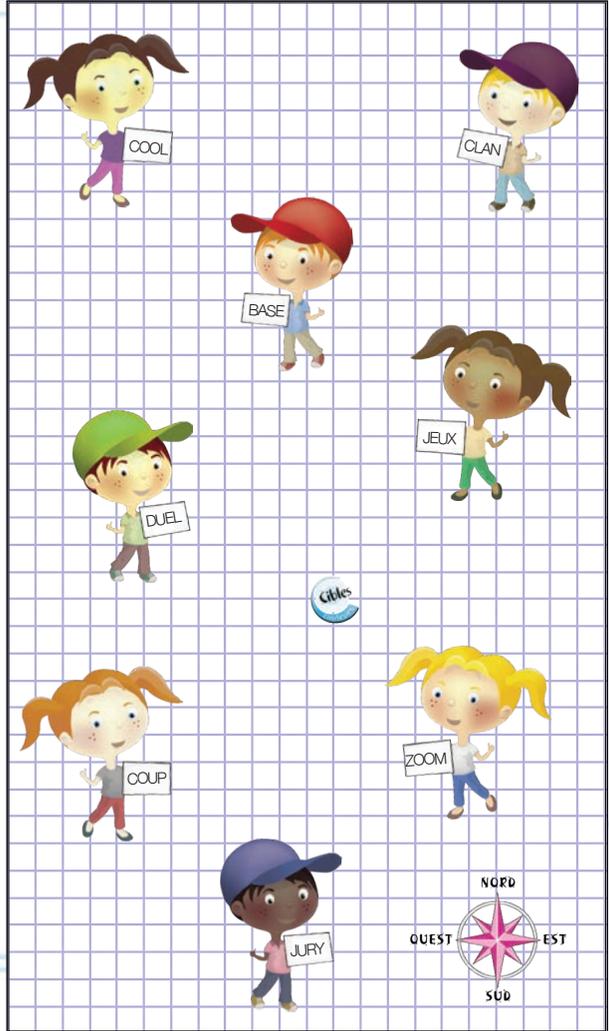
$$10 + 9 + \square = 24$$

11<sup>e</sup> vers l'Est :

$$\square + 10 + 9 = 25$$

12<sup>e</sup> vers le Sud :

$$8 + 9 + \square = 26$$



Les chiffres surlignés en bleu te donnent dans l'ordre l'indice B de la page 2 :

0

# Fraternité

Décode ce rébus il te donnera la devise inventée par la team «Cibles Couleurs» pour symboliser la fraternité. Tu peux aussi t'amuser à créer ta propre devise pour ton groupe de tireur : .....

## Pour des



Cible marron

## Responsabilité

La FFTir s'engage au côté du ministère en charge des sports dans une démarche éco-responsable. Si tu veux découvrir les défis à relever pour participer à cet élan, flashe ce code.





# Code de conduite

## dans l'école de tir

### Esprit d'équipe

#### CODE des Parents

##### Je m'engage à :

- ▶ faire respecter le « Code du tireur » par mon enfant,
- ▶ veiller à son épanouissement par la pratique sportive,
- ▶ relativiser les enjeux d'une rencontre sportive,
- ▶ respecter les prérogatives de l'entraîneur,
- ▶ participer à la vie de l'École de tir.

### Progression

#### CODE de l'Éducateur

##### Je m'engage à :

- ▶ respecter les tireurs,
- ▶ développer l'esprit sportif et enseigner le « Code du tireur »,
- ▶ organiser une pratique sportive équilibrée,
- ▶ m'opposer à toute tricherie,
- ▶ relativiser les enjeux sportifs,
- ▶ faire respecter le matériel et les équipements.

### Engagement

#### CODE de l'Arbitre

##### Je m'engage à :

- ▶ être impartial,
- ▶ favoriser l'esprit du Tir sportif,
- ▶ me mettre à la portée des jeunes tireurs,
- ▶ arbitrer en éduquant.



### Fraternité

### Dépassement de soi

#### CODE du Tireur

##### Je m'engage à :

- ▶ me conformer aux règles de l'activité,
- ▶ respecter les arbitres et les éducateurs,
- ▶ respecter les adversaires et les partenaires,
- ▶ faire preuve de civilité,
- ▶ refuser toute forme de tricherie et de violence,
- ▶ être maître de moi-même en toutes circonstances,
- ▶ être loyal et tolérant dans le sport comme dans la vie.

#### CODE du Dirigeant

##### Je m'engage à :

- ▶ développer l'esprit sportif,
- ▶ faire savoir que le jeu prime sur l'enjeu,
- ▶ veiller à l'accueil, la cordialité, la convivialité,
- ▶ favoriser la participation,
- ▶ former les éducateurs de l'École de tir,
- ▶ promouvoir le dispositif Cibles Couleurs.

### Respect

### Concentration

### Maîtrise de soi



Retrouvez les outils servant à la promotion du tir en lisant ce QR Code avec votre smartphone ou votre tablette tactile.



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TIR  
38, rue Brunel - 75017 PARIS  
Tél. : 01 58 05 45 45 - Fax : 01 55 37 99 93

[www.fftir.org](http://www.fftir.org)

# Dépassement de soi - Autonomie

L'équipe des « Cibles Couleurs » aime la citation de Sénèque :  
*« Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, mais parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles. »*

cible arc-en-ciel

  
 D ○ ○ ○ E ○ ○ ○

  
 A ○ ○ ○ ○ ○ M ○

  
 ○ ' ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ P ○ ○ ○ ○

  
 Q ○ ' ○ N ○ ○ ○ ○

  
 ○ ○ ○ ○ ○ ○ F ○ ○ ○ ○ ○

  
 ○ ○ ○ L .

Pour toi, l'équipe des « Cibles Couleurs » a créé une expression pour parler de l'autonomie, à toi de la décoder.

Un même symbole représente toujours une même lettre.

# Solutions

Avant de regarder les solutions, pense à demander à ton entraîneur, tes parents, tes copains ou les athlètes de l'équipe de France présents sur la compétition... Ils pourront peut être t'aider.  
Saisis cette occasion pour échanger sur les valeurs du sport.

## Le thème du prochain cahier de jeux sera : Jeux Olympiques Rio 2016 (Page 2) À l'année prochaine !!

« Devenir autonome c'est accepter qu'on vous aide à faire seul. »  
L'expression créée par l'équipe des « Cibles Couleurs » est la suivante :

### Page 14

« Pour des tireurs solidaires et tolérants dans le respect des différences. »  
Le rébus permet de découvrir la devise suivante :

### Page 12

Et les chiffres sur lignes donnent l'indice B : « 2016 ».  
La chasse aux indices te donne pour indice A : « JEUX ».

### Page 11

Vertical : A abandonner, B coopérer, C communiquer.  
Horizontal : 1 capitaine, 2 union, 3 compréhension, 4 tricher, 5 équipe, 6 aider, 7 partager.

### Page 10



### Page 7

Si tu as trouvé tous les mots dans la grille,  
il te restait des lettres non utilisées qui permettent d'écrire le mot : « OLYMPIQUES ».

### Page 6

Si tu as pris le bon chemin, les lettres en rouge t'ont permis de découvrir le mot « RIO ».

### Page 4

Qualités :  
F  
D

Valeurs :



G  
B

D  
E

C  
F

B  
C

E  
A

A  
G

### Page 3



COMPÉTITION  
**CIBLES**  
 COULEURS  
 JEUX  
 PLAISIR  
 AMITIÉ  
 ÉCOLE DE TIR  
 APPRENTISSAGE

# Progresses avec « Cibles Couleurs® » !



La **FFTir** propose aux dirigeants des clubs de tir, aux parents, ainsi qu'à tous les jeunes UN APPRENTISSAGE DU TIR SPORTIF, en toute sécurité, avec un encadrement qualifié, autour de « **Cibles Couleurs®** ».

Le dispositif de progression pédagogique « **Cibles Couleurs®** » organise l'apprentissage du tir en sept niveaux de pratiques distincts matérialisés par des couleurs. Chaque niveau permet de franchir les différentes étapes de progrès technique tout en identifiant et valorisant les valeurs et les qualités développées par le Tir sportif.



**Le plan de formation « Cibles Couleurs® » est téléchargeable sur le site internet FFTir >**

