



Quille VERTE

Niveau III

CERTIFICATION



OBJECTIFS SPORTIFS

Etre précis et régulier dans la poche.	Réaliser des spares.
---	-----------------------------

Exigences sportives

<ul style="list-style-type: none">• 20% de Strikes• 50% de Sparaes sans les splits• 50% de boules poches du strike	<ul style="list-style-type: none">• 70% de quilles seules fermées• 50% de boules supérieures ou égales à 8
--	---

EXAMEN QUILLE VERTE

EXERCICE 1 : Poches

Objectif :	Etre capable de réaliser des poches.
Critères de réussite :	3 poches réussies sur 6.

EXERCICE 2 : Quilles seules

Objectif :	Etre capable de faire tomber une quille seule.
Critères de réussite :	5 quilles seules différentes réussies sur 7.

EXERCICE 3 : Lâcher entre 0° et 15°

Objectif :	Etre capable de réaliser un lâcher compris entre 0° et 15°.
Critères de réussite :	4 lâchers entre 0° et 15° sur 6.

EXERCICE 4 : Situation de jeu

Objectif :	Etre capable d'être précis et régulier dans la poche et réaliser des spares
Critères de réussite :	50% (10 frames sur 20) de boule dans la poche (quilles 1 – 3 pour les droitiers et quilles 1 – 2 pour les gauchers) 20% de Strike 50% de boules > ou = à 8



Quille VERTE
Niveau III
CERTIFICATION



LIGUE REGIONALE DE :	
NOM du COORDONNATEUR :	
NOMS DES JURES	QUALITE

SESSION DE CERTIFICATION DU :

Certifie que les candidats dont les noms suivent ont satisfait à la certification de la
Quille VERTE, niveau III

NB : Dès réception de cette liste, la FFBSQ intègre dans ses statistiques fédérales les nouveaux diplômés et adresse à la région sur demande (si existant) l'écusson correspondant pour chaque joueur

Nom, prénom des candidats	N° licence	Cat*	Mail

*(P-B-M-C-JA-JB-S-V1-V2-V3)

Signature du coordonnateur

Signature du Président
du CSR

Signature du Président de la
Ligue régionale

Quille VERTE - Niveau III

FEUILLE D'ÉVALUATION

EXERCICE 1 - POCHEs



Nom : Prénom : Catégorie : <input type="checkbox"/> P <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> V	Emargement du candidat :
---	---

Objectif : Etre capable de réaliser des poches.

Sur 6 figures imposées, le joueur effectue deux lancers sur chaque figure dans l'ordre des poches ci dessous. Pour réussir la figure, la boule doit toucher les deux quilles. Le candidat doit totaliser un minimum de 6 points pour réussir l'exercice.

FIGURE 1 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 2 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 3 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 4 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 5 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 6 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
TOTAL			____ / 12 points
VALIDATION Pour valider l'épreuve, il faut minimum 6 points		<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
NOMS des jurés :		Signature :	

Quille VERTE - Niveau III

FEUILLE D'ÉVALUATION

EXERCICE 2 – QUILLES SEULES



Nom : Prénom : Catégorie : <input type="checkbox"/> P <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> V	Emargement du candidat :
---	---

Objectif : Etre capable de faire tomber une quille seule.

Sur 7 figures imposées, le joueur réalise deux lancers par quille seule dans l'ordre des quilles. Le candidat doit toucher la quille imposée. Pour réussir l'exercice, le candidat doit réaliser 5 figures minimum sur les 7 à réaliser. **Pour valider l'épreuve, il faut minimum 10 points.**

Réalisation du Spare = 1 point - Non réalisation du Spare = 0 point

FIGURE 1 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 2 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 3 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 4 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 5 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 6 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
FIGURE 7 	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	RESULTATS ____ /2 points 1 point par lancer réussi
TOTAL			____ / 14
VALIDATION Pour valider l'épreuve, il faut minimum 10 points		<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
NOMS des jurés :		Signature :	

Quille VERTE - Niveau III

FEUILLE D'EVALUATION

EXERCICE 3 – LACHER de 0° à 15°



Nom : Prénom : Catégorie : <input type="checkbox"/> P <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> V	Emargement du candidat :
---	---

Objectif : Etre capable de réaliser un lâcher compris entre 0° et 15°.

Le candidat matérialise l'axe de rotation de sa boule. Après avoir matérialisé son axe de rotation, le candidat doit réaliser au minimum 4 lancers avec un lâcher compris entre 0° et 15°, sur 6.

LACHER ENTRE 0° ET 15°			
	LANCER 1 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		LANCER 4 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
	LANCER 2 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		LANCER 5 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
	LANCER 3 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		LANCER 6 <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
TOTAL			____ / 6
VALIDATION Réussir 4 lâchers minimum entre 0° et 15°		<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
NOMS des jurés :		Signature :	

Quille VERTE - Niveau III

FEUILLE D'ÉVALUATION

EXERCICE 4



Nom : Prénom : Catégorie : <input type="checkbox"/> P <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> V	Emargement du candidat :
---	---

Objectif : Etre capable d'être précis et régulier dans la poche et réaliser des spares

Sur 20 frames :

- réaliser 50% (10 frames sur 20) de boule dans la poche (quilles 1 – 3 pour les droitiers et quilles 1 – 2 pour les gauchers)
- réaliser 20% de Strike
- réaliser 50% de boules > ou = à 8

	RESULTAT POCHE	RESULTAT STRIKE	RESULTAT BOULES > ou = 8
20 Frames	Nombre de boules dans la poche sur 20 frames	Nombre de strikes sur 20 frames	Nombre de boules > ou = à 8 sur 20 frames
	Nombre de points réalisés : ___ sur 20	Nombre de points réalisés : ___ sur 20	Nombre de points réalisés : ___ sur 20
Rappel des exigences	Au moins 10 Poches sur 20 frames <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	Au moins 4 Strikes sur 20 frames <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	Au moins 10 boules > ou = à 8 sur 20 frames <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
	VALIDATION	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON

Commentaires du jury:

.....

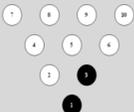
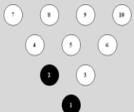
.....

.....

.....

NOMS des jurés :	Signatures :
------------------	--------------

EXERCICE 4

FRAME	POCHE		QUILLES TOMBEES > ou = à 8		STRIKE		
	Droite 	Gauche 	NON 0 point	OUI 1 point	NON 0 point	OUI 1 point	NON 0 point
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
TOTAUX							

Quille VERTE - Niveau III

FEUILLE D'EVALUATION



RECAPITULATIF DES NOTES

(réservé au jury)

NOM du candidat : _____

EXERCICES	VALIDATION	
1 POCHES	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
2 QUILLES SEULES	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
3 LACHER A « 0 »	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON
4 SITUATION DE JEU	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON

Tous les exercices doivent être réussis pour obtenir la validation de la quille verte.

RESULTAT DE LA CERTIFICATION QUILLE VERTE

ADMIS

NON ADMIS

Date :

Signature des membres du jury :

Signature du coordonnateur :

