



## Quille JAUNE

### Niveau I

## CERTIFICATION

### OBJECTIF ;

Savoir lancer la boule sur la planche, sans faire de bandes ou rigoles.

### Certification ;

Réaliser au moins 5 lancers sur 15, en touchant les quilles

### EXERCICE : Toucher les quilles

<b>Infos pédagogiques</b>	<i>Environnement, ligne de faute, connaissances</i>
<b>Objectif ;</b>	<i>Avoir la capacité de toucher les quilles à chaque lancer</i>
<b>Critère de réussite</b>	<i>5 lancers réussis sur 15, sur deux séries.</i>

## ORIENTATION DE LA FORMATION QUILLE JAUNE ;

### Informations pédagogiques. Environ 15mn

- *Environnement*
  - Consignes de sécurité.
  - Prise de la boule dans le réceptacle.
  - Surface d'évolution (aire d'élan)
- *Prise en compte de la ligne de faute*
  - Son positionnement et pourquoi elle existe ?
  - Ne pas la dépasser, pourquoi ?
  - Les bandes ou rigoles, pourquoi elles existent, les conséquences.
  - Nombre de quilles.
- *Connaissance des repères.*
  - Position de départ
  - Décomposition des pas d'élan.
  - Point de pose sur la planche.
  - Pose de la boule
  - Retour pour se placer.
  - Connaitre la numérotation des quilles.



# Ninepin Bowling Classic "Quilles Classic"



## Quille JAUNE – Niveau I FEUILLE D'EVALUATION

Nom ...								Prénom								Emargement du candidat							
M		C		J		S		V		N° licence		Non licencié											
Catégorie		<input type="checkbox"/>																					

**OBJECTIF :** Savoir lancer la boule sur la planche sans faire de bandes ou rigoles.

Maintenir la boule sur la piste et toucher les quilles

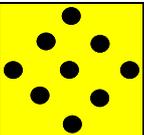
### EXERCICE .

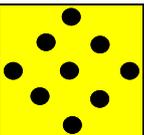
Informations pédagogiques au préalable.

Le candidat se positionne suivant les indications qui lui ont été données. Il effectue 2 fois 15 lancers avec toutes les quilles positionnées.

**Objectif :** Toucher les quilles 5 fois sur 15 lancers par série sans faire de rigoles. 2 séries à réaliser.

**Notation.** Noter **X** dans les lancers réussis.

	<i>Maintenir la boule sur la piste et toucher les quilles</i>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Lancers
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>Maintenir la boule sur la piste et toucher les quilles</i>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Lancers
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>Total lancers réussis</b>	<b>/30</b>
------------------------------	------------

### RESULTAT DE LA CERTIFICATION QUILLE JAUNE



ADMIS

NON ADMIS



Date ; .....

Signature et cachet du (de la) Président (e)  
de l'association sportive

Signature de l'instructeur,  
ou du responsable l'évaluation

