



# Quille VERTE

## Niveau III

### CERTIFICATION



#### OBJECTIFS SPORTIFS

<b>Etre précis et régulier dans la poche.</b>	<b>Réaliser des spares.</b>
---	-----------------------------

#### Exigences sportives

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

#### EXAMEN QUILLE VERTE

##### EXERCICE 1 : Poches

<b>Objectif :</b>	<b>Etre capable de réaliser des poches.</b>
Critères de réussite :	3 poches réussies sur 6.

##### EXERCICE 2 : Quilles seules

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

##### EXERCICE 3 : Lâcher entre 0° et 15°

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

##### EXERCICE 4 : Situation de jeu

<b>Objectif :</b>	<b>Etre capable d'être précis et régulier dans la poche et réaliser des spares</b>
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**



<b>LIGUE REGIONALE DE :</b>	
<b>NOM du COORDONNATEUR :</b>	
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 et ETR (si existant) l'écusson correspondant pour chaque joueur*

Nom, prénom des candidats	Ligue	N° licence	Cat*	Mail

\*(B-M-C-J-S-V)

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	<b>Emargement du candidat :</b>  
---	---

**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.

<b>FIGURE 1</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 2</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 3</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 4</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 5</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 6</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>TOTAL</b>			____ / 12 points
<b>VALIDATION</b> 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	<b>Emargement du candidat :</b>  
---	---

**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

<b>FIGURE 1</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 2</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 3</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 4</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 5</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 6</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>FIGURE 7</b> 	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON	<b>RESULTATS</b> ____ /2 points 1 point par lancer réussi
<b>TOTAL</b>			____ / 14
<b>VALIDATION</b> 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	<b>Emargement du candidat :</b>  
---	---

**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°			
	<b>LANCER 1</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		<b>LANCER 4</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
	<b>LANCER 2</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		<b>LANCER 5</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
	<b>LANCER 3</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON		<b>LANCER 6</b> <input type="checkbox"/> OUI <input type="checkbox"/> NON
<b>TOTAL</b>			___ / 6
<b>VALIDATION</b> 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	<b>Emargement du candidat :</b>  
---	---

**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
	<b>VALIDATION</b>	<input type="checkbox"/> OUI	<input type="checkbox"/> NON

Commentaires du jury:

.....

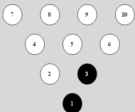
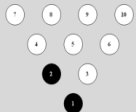
.....

.....

.....

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

# EXERCICE 4

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



# 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 :