



Sois sincère avec toi même et attribue un point de force de 1 à 10 pour chaque comportement proposé. Calcule alors tes points de forces « valeurs et qualités Cibles Couleurs » et vois si tu peux dépasser le score de Samira.

Progression :
Je m'investis de façon régulière, je ne manque pas de séances, sauf cas exceptionnel, et je suis le programme d'entraînement que l'on me donne.

Plaisir :
Je sais ce que j'aime dans le tir et j'entretiens ce plaisir dans mes entraînements et en compétition.

Respect :
Je respecte les règles de sécurité, de bonne conduite (politesse...) et le dress code de la FFTir.

Méthode :
J'avance pas à pas sans sauter les étapes, j'utilise mon cahier de tir pour m'aider dans cette démarche.

Contrôle de soi :
J'ai conscience de mes forces et de mes faiblesses, cela m'aide à gérer mes émotions face aux difficultés.

Concentration :
J'utilise les techniques de concentration (respiration, visualisation...) pour maintenir ma concentration sur un temps donné.

Engagement :
Je m'investis et je mets les moyens à la hauteur des objectifs que je me fixe.

Intégration :
Mon comportement reflète l'envie d'atteindre mes objectifs et le désir de participer à une victoire collective.

Esprit d'équipe :
Je coopère avec les autres tireurs et je porte fièrement la tenue de mon club.

Amitié :
Je suis attentif à mes coéquipiers même s'ils peuvent devenir mes adversaires le temps d'un match.

Fraternité :
Je fais preuve d'ouverture vers les autres tireurs quelque soit la discipline qu'ils pratiquent.

Responsabilité :
Je réfléchis aux conséquences de mes actes et j'apprends de mes erreurs, sans rejeter la faute sur les autres.

Dépassement de soi :
J'accepte certains sacrifices pour consacrer le temps nécessaire à la pratique du Tir sportif.

Autonomie :
Je me prends en charge, je prends du recul pour analyser ce que j'ai fait.

VALEURS DU SPORT
VOUS AVEZ DIT VALEURS ?

