

# **GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE**

## **Programme Accession Sportif**

- **Principes et orientations techniques**
- **Clubs formateurs : Objectif 2024-2028**
- **Préconisations pour les clubs formateurs – D.R.A**

## Principes et orientations techniques

Dans le cadre du Projet de Performance Fédéral 2017-2020, l'objectif est de mettre en corrélation les nécessités et priorités du Programme d'Accession Sportif dans les étapes de la formation du gymnaste. Progressivement un certain nombre de principes sont introduits dans l'organisation technique du secteur G.A.M au travers :

### Du niveau d'intervention dans la formation

Quatre étapes de formation sont identifiées dans la progression gymnique de l'athlète. Elles doivent nous permettre de définir les niveaux techniques d'intervention de nos différentes structures dans le PPF :

- **1<sup>ère</sup> étape : 8 – 10 ans la détection et la formation de base du gymnaste**  
Développer les prédispositions fondamentales en gymnastique.
- **2<sup>ème</sup> étape : 11 – 14 ans la formation préparatoire**  
Accroître le niveau des prédispositions générales et spécifiques (coordination, technique, vitesse, souplesse, puissance, etc.) et augmenter la capacité à l'effort.
- **3<sup>ème</sup> étape : 14 – 17 ans la formation avancée**  
Développer les capacités vers l'entraînement d'élite. Il s'agit de garantir le passage vers le niveau international grâce à l'accroissement systématique des exigences d'entraînement spécifiques.
- **4<sup>ème</sup> étape : à partir de 18 ans la formation à l'élite**  
Participer avec succès et atteindre les objectifs fixés pour les compétitions internationales majeures : JO, CM, championnats continentaux et tournois internationaux.

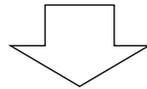
### Du volume horaire hebdomadaire selon le niveau de formation

Selon l'âge et l'étape de formation, l'unité et le volume d'entraînement demandent de se situer dans les fourchettes ci-dessous :

Étape	Formation de base	Formation préparatoire	Formation avancée	Formation à l'élite	
Âge	8/9 ans	10/11 ans	12/14 ans	15/17 ans	18/19 ans et +
Séquence	4 - 5 fois /semaine	5 - 6 fois / semaine	8 – 10 fois /semaine	10 – 12 fois / semaine	
Volume	2h 2h30 par séance 10h semaine	2h30 3h par séance 15h semaine	24h/28h semaine	26h/30h semaine	28h/35h semaine

## Du positionnement des clubs formateurs, D.R.A par rapport aux étapes de formation

Clubs formateurs - Dispositif Régional D'Accesion			
Objectifs	Formation de base		Formation préparatoire
	8/9 ans	10/11 ans	12/14 ans



Pôle France			
Objectifs	Formation préparatoire	Formation avancée	Formation d'élite
	12/13 ans	14/17 ans	18/19 ans

A partir de ces principes techniques, la stratégie est d'articuler nos dynamiques régionales et de nos clubs formateurs autour des 2 premières étapes de la formation en développant l'objectif ambitieux de préparer les jeunes gymnastes à intégrer les Pôles.

Ainsi, l'organisation de chaque structure d'entraînement évolue dans un système défini par des missions pour chaque tranche d'âge. Cela permettant de développer une vraie cohérence et complémentarité de notre système grâce à un maillage national efficace.

## De l'impulsion compétitive avec les compétitions de références (cf. brochure technique et lettre FFGym base documentaire compétition GAM)

- Championnats de France Elites avec une qualification à l'issue d'une sélective (courant avril) sous condition de la réalisation de minima.
- Revue nationale des effectifs sur liste DTN avec comme critères :
  - Participation aux tests spécifiques physiques et techniques pour les catégories U16-Espoir-Avenir.
  - Sous condition de réalisation des minima lors des championnats de France Elites.
  - OU
  - D'être identifié sur le Parcours de Performance Fédéral.
- Compétition de référence sur les imposés 7 – 9/10 ans
  - Finalité régionale.

### Objectifs :

- *Constituer des collectifs nationaux performants.*
- *Fixer les orientations techniques / guider les entraîneurs à l'issue de la revue nationale des effectifs.*
- *Mesurer la progression en compétition nationale tous les 6 mois.*
- *Traduction en points ranking list pour visualiser sa place dans le collectif.*

## De l'impulsion d'Évaluation / identification sur les tests spécifiques

- La revue d'effectif régionale des jeunes

La RERJ constitue le point de départ du processus d'identification et d'accompagnement des jeunes talents. Il constitue une étape incontournable pour espérer accéder au collectif du P.A.S et à toute action nationale. C'est aussi, la porte d'entrée dans le haut niveau.

- Sélection issue des actions des D.R.A.
- Constitution d'une équipe de jeunes 9-10 ans pour un classement des régions.

### **Objectifs :**

- *Mettre en avant les potentiels gymniques avec des apports qui ne sont pas uniquement basés sur des critères compétitifs, à travers un programme d'évaluation physique et technique.*
- *Stimuler des changements dans la formation des gymnastes et favoriser cette dynamique au travers des équipes ETR des 13 nouvelles régions.*
- *Aider à la constitution des collectifs D.R.A et favoriser l'accession au stage national PAS.*

## Clubs formateurs : Objectif 2024/2028

Les clubs occupent une place déterminante dans la détection, l'orientation et l'accompagnement du jeune gymnaste. Ils alimentent le dispositif de performance pour lequel tout doit être entrepris et ceci afin de renforcer la culture de l'excellence.

Ils sont les principaux lieux d'entraînement lors de la 1<sup>ère</sup> étape du parcours gymnique avec un début de l'apprentissage dès 8 ans.

### Critères d'identification

L'identification comme clubs formateurs doit répondre aux attentes suivantes :

#### ➤ **Sur le plan de la formation**

- Fléchage de la détection dans l'organisation technique du club.
- Être en capacité d'assurer la 1ère étape : la détection et la formation de base du gymnaste.
- Favoriser « l'acceptation » d'un volume d'entraînement plus important.

#### ✓ **Au niveau de l'entraîneur :**

- ✓ Acquérir de véritables compétences entraîneurs/entraînés en utilisant un référentiel de formation établi en cohérence avec l'approche pédagogique souhaitée pour de jeunes enfants.
- ✓ S'investir dans les actions d'accompagnement régionales D.R.A que la Direction Technique Nationale aura impulsée:
  - Actions de formation (FPC) / informations (Réunion analyses partagées)
  - Actions d'évaluation
  - Stages

#### ✓ **Au niveau des gymnastes :**

- Participer aux programmes compétitifs de la filière performance (Imposés 1,2,3, pour les gymnastes 7 – 9/10 ans, imposés 5 et 6 pour les gymnastes 10/11 – 14 ans).
- Participer à l'action annuelle d'Evaluation/Identification et au camp d'été national DRA si titulaire du collectif P.A.S ou invité.

#### ➤ **Sur le plan environnemental**

- Des installations sportives et équipements pédagogiques correspondant aux exigences des programmes d'entraînement.
- Des organismes partenaires du club doivent être activés (école, médical, etc...). Les volumes horaires d'entraînement doivent être pris en compte.

Ces paramètres aident aussi à fixer la durée de la formation du gymnaste au sein du club. Seront également pris en compte:

- Les résultats obtenus dans les évaluations proposées sur le plan de la formation.
- Les moyens d'organisation pour maintenir un environnement favorable au parcours de l'excellence.

## L'impulsion d'accompagnement des clubs formateurs

- ✓ **Accompagnement en interne au club et/ou au niveau du D.R.A s'il existe plusieurs clubs formateurs sur la région :**
  - Par le responsable P.A.S national, à partir des besoins identifiés, après validation du directeur du Haut Niveau GAM.
  - Contacts privilégiés avec le réseau ressource national (responsable P.A.S régional).
- ✓ **Accompagnement en externe au club :**
  - La Formation Professionnelle Continue.  
Les axes principaux sont définis à partir des besoins exprimés ou ressentis.
  - Perfectionnement/formation/camp UEG : 1 entraîneur « club formateur » au titre de la FFG.
  - Perfectionnement technique lors de stages avec experts nationaux et internationaux.
- ✓ **Poursuivre la participation active des entraîneurs.**
  - Aux actions de stage et compétitions lorsqu'un gymnaste accède au collectif Espoir.
- ✓ **Positionnement d'un stage PAS annuel sur un club formateur en capacité d'organisation.**
- ✓ **Faciliter le partage de l'information et l'accès à la documentation :**
  - Informations disponibles et actualisées depuis le site fédéral dans la base documentaire dédiée au Haut Niveau.  
Lien : [Base documentaire et vidéo](#)

## Liste des clubs formateurs

Région	Nom du club	Entraîneurs référents
<b>GRAND EST</b>	GYMNASTIQUE OBERHOFFEN	F. RITTER C. CAPELETO
	RONDADE SALTO TOMBLAINE	R. CERMOND
	METZ GYM	M. BOUNOUAR
	LA MUNSTERIENNE	T. OSBERGER
<b>HAUT DE France</b>	LILLE METROPOLE JEUNESSE SPORTIVE	G. NOE
<b>OCCITANIE</b>	ELAN GYMNIQUE BLAGNAC	C. SEGUY
<b>PACA</b>	OLYMPIQUE ANTIBES JUAN LES PINS	G. MARANDET
	GYMNASTIQUE DU PAYS D'AIX EN PROVENCE	G. BLANC
	ETOILE GYMNIQUE ISTRES ENTRESSEN	W. LOMBARD
	ETOILE DE MONACO	T. AYMES
	ASSOCIATION SPORTIVE VALLAURIS GOLFE-JUAN	P. BONNET
<b>BOURGOGNE FRANCHE COMTE</b>	MONTCEAU GYM	F. BARZASI
	ST CLAUDE BESANCON	S. LEGER G. DJEMAME
<b>NOUVELLE AQUITAINE</b>	LES ENFANTS DE LA DORDOGNE	J. MONTAGUT
	SPORT ATHLETIQUE MERIGNACAIS	F. VIALA - M. PEYROT
<b>NORMANDIE</b>	LA SOTTEVILLAISE	R. LECOQ
	AVENIR DE VERNON	C. LENOURY
	GROUPEMENT GYMNIQUE HAVRE	P. VIENNE
	NORMANDIE REGROUPEMENT GYMNIQUE	S. DOGUET
<b>AUVERGNE RHÔNE ALPES</b>	ANNECY GYM	JL. BERTAUD
	CASCOL OULLINS	MA. FOURNIER
	GYM LYON METROPOLE	B. RABILLOUD C. GALLUCHOT
	CONVENTION GYMNIQUE DE LYON	N. VORONTZOV
<b>CENTRE VAL DE LOIRE</b>	SOCIETE MUNICIPALE DE BOURGES GYMNASTIQUE	M. CHATIRON
<b>BRETAGNE</b>	LANESTER GYMNASTIQUE	K. MARTINET
<b>LA RÉUNION</b>	UNION SPORTIVE PORTOISE	P. CASIMIR
<b>ILE DE FRANCE</b>	NOISY LE GRAND GYMNASTIQUE	G. DUPONT

## Préconisations pour les clubs formateurs et D.R.A

### Organisation en région

Le D.R.A est le garant du système local mis en place. L'organisation est adaptée à chaque ligue régionale mais l'intérêt est de faciliter la mise en œuvre des directives nationales en appui avec les ETR.

Cela s'établit en fonction du territoire gymnique, de l'histoire de la région, de l'encadrement disponible, des moyens financiers et humains, de la mobilisation des partenaires institutionnels locaux, etc....

#### ✓ La dynamique des collectifs D.R.A

Cela doit permettre :

- L'organisation d'actions techniques par le comité comprenant des stages et regroupements.
- L'identification d'une liste régionale de gymnastes qui composent l'élite régionale grâce aux évaluations et compétitions de références (les conditions d'accessions et de maintien sur la liste régionale sont principalement liées à l'engagement et au potentiel des gymnastes).

#### **Objectifs :**

- Avoir un rayonnement et développer un plan d'action de recrutement de jeunes talents sur la Région.
- Permettre la mise en œuvre du suivi des gymnastes identifiés au sein des clubs formateurs.
- Maintenir la culture du HN sur leur territoire et transmettre les orientations du secteur.
- Organiser sur son territoire les programmes compétitifs de la filière performance.

#### ✓ Liste des référents : Responsable PAS GAM régional (entraîneurs)

<p>Directeur du Haut-Niveau <b>Yann Cucherat</b></p> <p>Responsable National PAS <b>Guy Espinas</b></p>	Auvergne Rhône Alpes	Cyril RIGAUD Bertrand RABILLOUD
	Bourgogne Franche Comté	Ludovic BLANCHARD Gautier DJEMAME
	Bretagne	Loic LEFEUVRE
	Centre Val de Loire	Mathieu CHATIRON
	Grand Est	Boris NOACK
	Haut de France	Guillaume NOE
	Ile de France	Kamal ARGABI
	Ile de la Réunion	Patrice CASIMIR
	Normandie	Nicolas DOHEY
	Nouvelle Aquitaine	Mathieu PEYROT
	Occitanie	Cédric SEGUY
	PACA	Grégory MARANDET Guillaume BLANC
Pays de la Loire	Franck GUILLERM	

✓ **Missions du responsable P.A.S régional ou de son représentant**

- Assure la diffusion et la bonne compréhension des informations nationales du PAS auprès des responsables locaux et veille à la mise en place des directives nationales concernant ce secteur.
- Organise le passage des tests physiques et techniques lors d'actions régionales et transmet les résultats au responsable national PAS. Il veille à la bonne organisation des actions PAS initiées dans sa Région.
- Sélectionne et propose l'équipe de gymnastes participant à la revue d'effectif régionale des jeunes.
- Participe à l'organisation du déroulement des compétitions à finalité régionale sur le programme de la filière performance (imposés 1 à 3).
- Aide la Direction Technique Nationale à détecter les gymnastes à potentiel par l'observation directe lors des regroupements et des compétitions sur son territoire.
- Aide la Direction Technique Nationale à identifier les entraîneurs des gymnastes détectés.
- Aide à la décision des intégrations au processus Gym Eval.
- Etabli un bilan annuel des actions concernant son secteur d'intervention.

**Calendrier des actions de niveau régional et national**

Le tableau des actions nationales doit permettre de guider le positionnement et les objectifs des actions régionales.

PERIODE	NIVEAU	TYPE D'ACTION	AOUT	SEPT.	OCT	NOV	DÉC	JANV	FÉVR	MARS	AVR	MAI	JUIN	JUIL	
SAISON SPORTIVE	CLUBS FORMATEURS D.R.A	STAGES (2 au minimum dans la saison)													
		TESTS SPECIFIQUES		TEST PHYSIQUE			TEST TECHN.	TEST PHYSIQUE			TEST TECHN.				
		COMPETITIONS					Championnat départ. Région (imposés 1.2.3) Positionnement selon calendrier régional								
	NATIONAL	EVALUATION IDENTIFICATION				RERJ									
		F.P.C	CAMPS UEG						FPC						FPC
		COMPETITONS				RNE					Sélec CFE		Ch.Fr Nat.	OU	Ch Fr Elite
		STAGES								Stage Espoir		Stage Espoir			Stage PAS

- Les actions régionales constituent des étapes de préparation et pré-sélection en amont de la Revue d'Effectif Régionale des Jeunes (RERJ). Elles permettent d'orienter les gymnastes, d'accompagner les entraîneurs dans leur formation technique et connaissance des programmes nationaux.
- Les actions nationales concernent les meilleurs gymnastes issus des évaluations régionales, nationales et observations des compétitions nationales (RERJ/RNE et Championnats de France) dans les tranches d'âge 10-14 ans.
- Les stages nationaux Espoirs sont implantés en Région et jumelés avec un stage Régional D.R.A.
- Le stage National P.A.S est créé pour les meilleurs gymnastes des dispositifs régionaux sur la catégorie d'âge 10-13 ans.