

Guide des centres d'entraînement des clubs du Top 12

Orientations et principes généraux

Validé par le Comité Directeur le 27 juin 2020

La réussite des équipes de France passe par la cohérence des différentes étapes de formation qui jalonnent la carrière d'un gymnaste, et par la possibilité d'offrir à chacun, en fonction de l'objectif choisi, les meilleures conditions d'entraînement.

Le Projet de Performance Fédéral (PPF), dispositif réglementaire, s'inscrit dans le projet global de la Fédération. Ce dispositif a pour vocation de structurer l'action des clubs et pôles afin de permettre à l'ensemble des disciplines d'accéder à la performance. Cette organisation cohérente distingue le Programme d'Accession Sportive (PAS) et son action de détection/formation en direction des jeunes talents sur le territoire, du Programme d'Excellence Sportive (PES) dont la finalité exclusive est l'obtention de médailles senior. Le PAS intègre pleinement les clubs structurés permettant un respect des phases de développement de chaque gymnaste. La Fédération Française de Gymnastique reconnaît en tant que « centre d'entraînement Top 12 », les entités activement engagées dans une telle démarche.

Dans les disciplines gymniques, en fonction de l'objectif final, différentes « étapes » de formation sont identifiées pour l'accession vers le haut niveau et la gymnastique de performance. Cette formation du gymnaste permet de définir précisément les niveaux techniques d'intervention des différentes structures dans le PPF FFGym.

- *Accès vers la performance fédérale (Podiums fédéraux)*
 - ▶ **Étape 1 :**
La **formation de base** essentielle à la pratique sportive
 - ▶ **Étape 2 :**
La **formation préparatoire** visant le développement d'un répertoire de schémas moteurs spécifiques et l'acquisition d'un potentiel physique
 - ▶ **Étape 3 :**
L'**entraînement de performance** développant les facteurs favorisant une performance fédérale

Pour garantir l'évolution technique attendue, des fourchettes d'unités, de volume d'entraînement et de catégories compétitives référentes sont préconisées par discipline (cf. tableau des préconisations de volume horaire et nombre de séances hebdomadaires par discipline page 3). Ces préconisations doivent intégrer la préparation physique, mentale, gymnique, acrobatique, la prophylaxie...

À partir de ces principes, la stratégie est d'articuler les différentes dynamiques et de centrer l'action des **centres d'entraînement Top 12 autour de l'étape de formation préparatoire et de l'entraînement de performance** en développant l'objectif de préparer les jeunes gymnastes à intégrer les pôles Espoir et/ou les pôles France dans le respect des préconisations de la procédure Gym Eval.

Par conséquent, le centre d'entraînement Top 12 s'intègre avec le club formateur et le pôle Espoir dans le Programme d'Accession Sportive de la Fédération Française de Gymnastique. Ainsi, pour chaque structure d'entraînement, des missions par tranche d'âge sont définies dans le but d'en renforcer la complémentarité et l'efficacité. Ce sont les conditions d'un maillage national cohérent.

PRECONISATIONS DE VOLUME HORAIRE ET NOMBRE DE SEANCES HEBDOMADAIRES PAR DISCIPLINE - ACCES VERS LA PERFORMANCE FEDERALE

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FEMININE	Étape	Formation de base			Formation préparatoire			Entraînement de performance						
	Structure d'entraînement	Club formateur						Centre d'entraînement Top 12						
	Âge	6 ans	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 et +	
	Catégories compétitives de référence			Programme PAS		CF Elite Avenir		CF Elite - CF Nat A - CF Fédéral - Top 12						
	Nb de séances	2 à 3 fois/semaine		4 à 5 fois/semaine		5 à 8 fois/semaine		6 à 8 fois/semaine						
	Volume horaire hebdomadaire	4h à 6 h		6h à 8 h	8h à 10 h	10h à 15 h	15h à 20 h	15h à 20 h						
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE MASCULINE	Étape	Formation de base				Formation préparatoire			Entraînement de performance					
	Structure d'entraînement	Club formateur			CE Top 12 et club Formateur					Centre d'entraînement Top 12				
	Âge	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans et +	
	Catégories compétitives de référence	Programme PAS		CF Elite Avenir			CF Elite Espoir		CF Elite - CF Nat A - CF Fédéral - Top 12					
	Nb de séances	4 à 5 fois/semaine		5 à 6 fois semaine			6 à 8 fois/semaine		6 à 8 fois/semaine					
	Volume horaire hebdomadaire	2h à 2h30/séance 10h semaine		2h à 2h30/séance 15h semaine		15h à 20h/semaine			15h à 20 h/semaine					

A. Le centre d'entraînement TOP 12 et l'accès à la performance

La structuration efficace de l'accès à la performance est aussi incontournable que les qualités intrinsèques des gymnastes pour parvenir au haut niveau.

Les centres d'entraînement, en alimentant et sécurisant le dispositif, occupent une place déterminante dans l'orientation et l'accompagnement du jeune gymnaste (développement de la culture de l'excellence). Le centre d'entraînement doit aussi être en capacité d'accueillir des gymnastes ayant une réorientation de carrière à l'issue d'un entraînement en structure pôle.

Les orientations et l'organisation des centres d'entraînement Top 12 doivent par conséquent répondre aux principes généraux suivants :

1) Sur le plan de la formation technique :

Les centres d'entraînement Top 12 doivent avoir comme objectif de susciter la vocation gymnique et d'accompagner la progression de leurs gymnastes.

Pour cela, les centres d'entraînement :

- ▶ Sont identifiés préalablement comme club formateur ;
- ▶ Ont la capacité d'assurer l'étape de la formation préparatoire et de performance fédérale ;
- ▶ Ont la capacité d'accueillir des gymnastes issus d'une structure pôle et bénéficiant d'une réorientation de carrière ;
- ▶ Doivent être en capacité d'accueillir des gymnastes licenciés d'autres clubs FFG (Mise en place de convention)
- ▶ Permettent une augmentation de la charge d'entraînement dans le temps ;
- ▶ Développent de véritables compétences en utilisant un référentiel de formation établi au regard des exigences de la performance en gymnastique ;
- ▶ Entretiennent une réelle ambition de formation au haut niveau.

2) Sur le plan de l'encadrement :

La construction d'une relation gymnaste/entraîneur sereine basée sur la confiance réciproque est une condition préalable aux performances futures de tout gymnaste. Cette construction constitue un objectif prioritaire pour les centres d'entraînement.

Pour cela, les centres d'entraînement :

- ▶ Sont impliqués dans la recherche de performance ;
- ▶ Détiennent de véritables compétences permettant la recherche de performance des gymnastes ;
- ▶ S'impliquent dans les actions mises en place par les Dispositif Régionaux d'Accession ;
- ▶ S'investissent activement dans les actions mises en place par la Direction Technique Nationale (stages, camps d'entraînement et évaluations).
- ▶ Les entraîneurs participent aux formations continues mises en place par la Direction Technique Nationale afin de garantir une mise à jour permanente de l'approche pédagogique adoptée à l'entraînement (préservation de l'intégrité physique et mentale des gymnastes).

3) Sur le plan environnemental

Les centres d'entraînement Top 12 doivent proposer un environnement propice à la construction de la performance.

Pour cela, les centres d'entraînement :

- ▶ Possèdent du matériel et des espaces adaptés pour une préparation vers un haut niveau en toute sécurité ;
- ▶ Doivent être en capacité de proposer des solutions d'hébergement aux gymnastes dans le respect des préconisations définies par le ministère dans le cadre du plan de lutte contre les violences sexuelles dans le sport (http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/conventionviolencessexsport_plaket.pdf). La mise en place de convention Gymnaste-Parents-Centre d'Entraînement Top 12 » est obligatoire ;
- ▶ Offrent des volumes horaires d'entraînement en adéquation avec les objectifs de progression des gymnastes ;
- ▶ Proposent des aménagements scolaires à partir de 12 ans ;
- ▶ Offrent un suivi médical prenant en compte les exigences liées à l'entraînement de performance. Les gymnastes du « centre d'entraînement Top 12 » doivent être en possession du Dossier Médical Elite au 31 octobre.

B. Le centre d'entraînement, les critères d'accès et de maintien dans le dispositif

En déclinant ces principes généraux, des critères d'attribution et de maintien de qualification « centre d'entraînement Top 12 » ont été élaborés.

Dans la préparation des gymnastes, les critères sont classés en deux catégories (cf. ANNEXE 1, tableau précisant les critères par discipline).

Pour bénéficier de la reconnaissance « centre d'entraînement Top 12 », le club demandeur doit remplir tous les critères de niveau 1 (6) et 5 critères minimum de niveau 2 selon les précisions suivantes :

- ▶ Critères de niveau 1 : sont incontournables et obligatoires. L'absence d'un seul de ces critères ne permet pas l'attribution ou entraîne la perte de la reconnaissance « centre d'entraînement Top 12 » ;
- ▶ Critères de niveau 2 : la validation de 5 critères sur 8 est obligatoire. L'absence de validation de plus de 3 critères ne permet pas l'attribution ou entraîne la perte de la reconnaissance « centre d'entraînement Top 12 » ;

L'ensemble des critères déclinés par discipline figurent en annexe N°1.

Tout club souhaitant obtenir la reconnaissance fédérale « centre d'entraînement Top 12 » doit en faire la demande auprès du référent de la discipline au sein de la Direction Technique Nationale. Le questionnaire accompagnant la demande doit être retourné **avant le 1^{er} avril** de la saison en cours.

Une visite de la Direction Technique Nationale (D.H.N ou Responsable PAS national ou Responsable PAS régional) sur site peut être organisée afin d'examiner le contexte local.

Cette qualification « centre d'entraînement Top 12 », est validée par le Bureau fédéral, après avis motivé de la Direction Technique Nationale. L'avis repose sur l'étude de critères définis dans chacun des trois domaines précités (formation technique, encadrement, environnement). La décision sera communiquée **courant juin** de la saison en cours.

La qualité de « centre d'entraînement Top 12 » est attribuée pour une discipline déterminée et pour une durée de deux ans à compter du **1^{er} septembre** suivant la demande.

Elle peut toutefois être remise en cause pendant cette période :

1. Par décision unilatérale du Bureau fédéral dans le cas où les critères d'attribution ne sont plus réunis ou lorsqu'un nouveau PPF entre en vigueur. Dans ce cas, le club est informé par la FFGym, sous réserve d'un préavis de trois mois.
2. Par décision unilatérale du club qui peut renoncer à bénéficier de la qualité « centre d'entraînement Top 12 » sous réserve d'en informer la FFGym en respectant un préavis de trois mois.
3. En cas de rétrogradation à un niveau inférieur à la Nationale 1 12 ans et plus (GAF) et Nationale A1 12 ans et plus (GAM).

C. Accompagnement fédéral des « centres d'entraînement Top 12 »

Une fois la qualité de centre d'entraînement Top 12 attribuée, la FFGym met en place un accompagnement, tant au niveau national que régional.

Ce dispositif est un outil qui permet à la Fédération de valoriser et d'accompagner le « centre d'entraînement Top 12 » dont l'activité est tournée vers les actions de formation technique de qualité et l'obtention de résultats.

Au travers de cette reconnaissance fédérale, le « centre d'entraînement Top 12 » est intégré au Projet de Performance Fédéral, dispositif réglementaire inscrit dans le projet global de la Fédération. Le « Centre d'entraînement Top 12 » bénéficie par conséquent d'une image renforcée : lisibilité auprès des partenaires, courrier de soutien, démarche conjointe, etc.

Au cours des deux saisons d'identification, des visites d'un représentant de la Direction Technique Nationale et/ou de l'Équipe Technique Régionale pourront être programmées pour identifier les besoins éventuels (aide à la préparation compétitive, construction de stratégie, programmation des entraînements, accompagnement technique, ...) et proposer un suivi individualisé.

Être « centre d'entraînement Top 12 » permet d'avoir accès à l'ensemble de la documentation fédérale : documents techniques et pédagogiques, calendriers, chemins de sélection, etc.

Pour certaines problématiques, il pourra avoir accès aux réseaux d'experts fédéraux mis en place par la Mission de l'Accompagnement de la Performance dans le but de proposer une solution adaptée.

Les entraîneurs référents des centres d'entraînement Top 12 peuvent être invités à participer à certaines actions nationales (stages, camps nationaux, actions de perfectionnement de l'encadrement, ...) et internationales (Camps UEG, ...). Ils peuvent également avoir la possibilité d'observer l'entraînement dans les structures du PES (pôle Espoir et France). La demande doit être formulée auprès du référent de la discipline au sein de la Direction Technique Nationale.