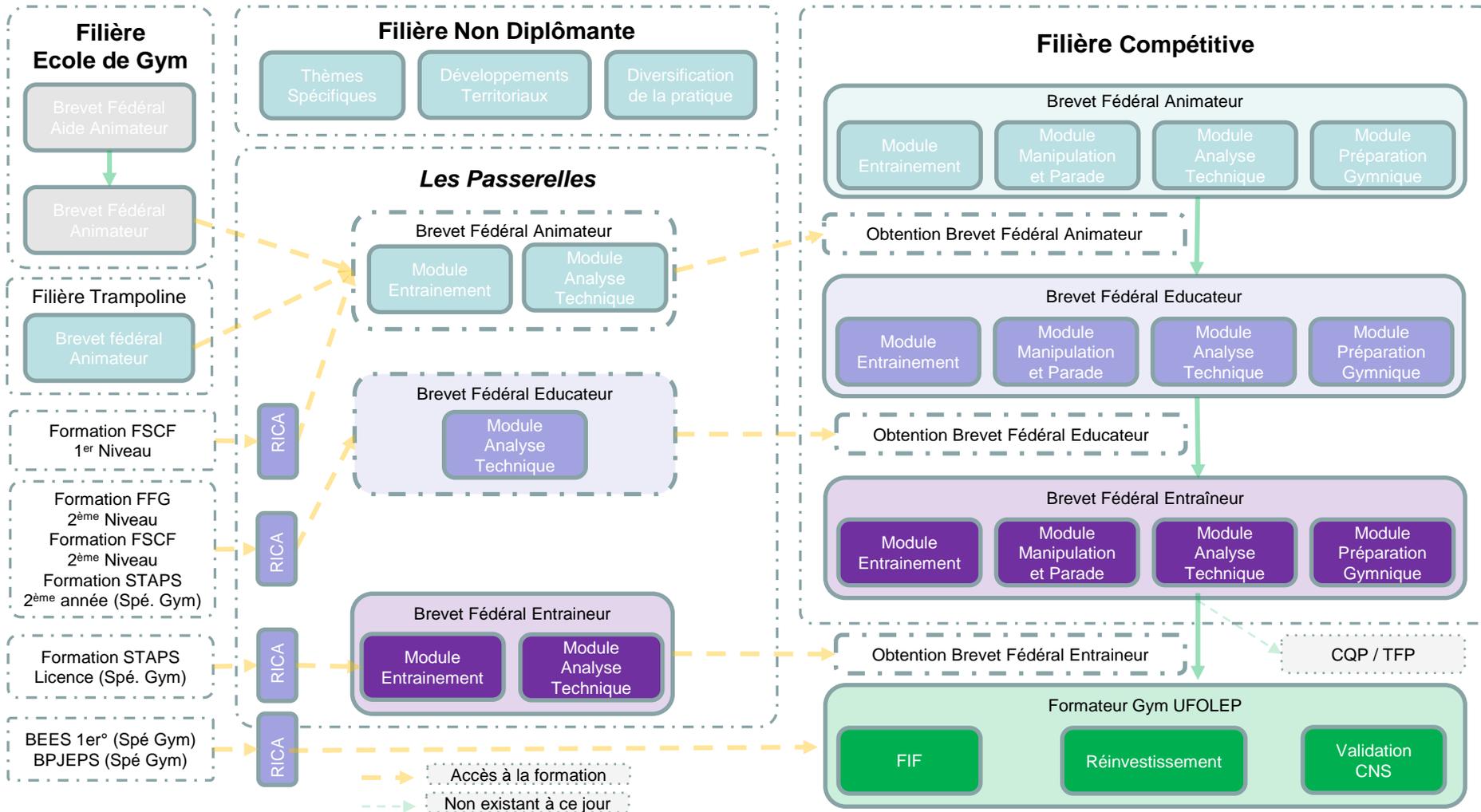


Plan National Formation Encadrement Fédéral Gymnastique

Structure générale formation encadrement fédéral gymnastique



Structure générale – Accès à la formation encadrement

- **Accès à la formation**
 - Licence UFOLEP Validée
 - Age minimum 14 ans révolu
 - Age minimum 18 ans révolu animateur Filière Ecole de gym
- **Formules possibles suivant organisation régionale ou départementale**
 - Stage (Recommandé)
 - Week-end de formation
 - ½ journée à thème
 - Visioconférence (cours théoriques)
- **Validation de la formation**
 - Validation des modules évalués suivant le PNF spécifique gym
 - PSC1 obtenu
 - Validation du module Tronc Commun

Structure générale formation encadrement fédéral gymnastique

Filière Ecole de Gym

- Brevet fédéral Aide Animateur
- Brevet fédéral Animateur

Filière Gym Compétitive

- Brevet fédéral Animateur
- Brevet fédéral Educateur
- Brevet fédéral Entraîneur

Filière Non Diplômante

- Thèmes spécifiques
- Développements territoriaux

Plan National Formation Encadrement fédéral Gymnastique

Filière Ecole de Gym

Fédération sportive de

la **ligue** de
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

Filière Ecole de Gym – Ecole de Sports

BF Aide Animateur

Etre capable d'aider l'animateur dans la prise en charge d'un groupe

Partie spécifique de 8H

- Cours théorique
 - Langage et comportement de l'animateur
 - Manipulation et posture de l'animateur
 - Explication et utilisation des fiches A.I.D.E. Ecole de Gym
- Mise en pratique en salle
 - Mise en situation sur des ateliers prédéfinis (Suivant fiches A.I.D.E. Ecole de Gym exemple)

BF Animateur

Etre capable d'encadrer un groupe loisir en autonomie et de gérer des aides animateurs

Partie spécifique de 12H

- Cours théorique
 - Création de circuit pédagogique moteur suivant le programme technique éléments de base
 - Stade du développement de l'enfant
 - Gestion de groupe
 - Planification d'une saison
 - Etude du programme technique de base
- Mise en pratique en salle
 - Mise en situation par la création de parcours et d'ateliers
 - Gestion de groupe et encadrement de ou des aides animateurs

Plan National Formation Encadrement fédéral Gymnastique

Filière Compétitive

Filière Gym Compétitive

BF Animateur

Animer une séance préparée
par le responsable de groupe

- **Modules spécifiques**
 - Entraînement 15H
 - Parade et Manip 20H
 - Analyse Technique 20H
 - Technique Gymnique 4H

BF Educateur

Encadrer un groupe seul de
tout niveau

- **Modules spécifiques**
 - Entrainement 22H
 - Parade et Manip 20H
 - Analyse Technique 24H
 - Technique Gymnique 6H

BF Entraîneur

Recherche du perfectionnement

- **Modules spécifiques**
 - Entrainement 30H
 - Parade et Manip 10H
 - Analyse Technique 30H
 - Technique Gymnique 4H

BF Formateur Gymnastique

Filière Compétitive

Fédération sportive de

la **ligue** de
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

Les règles pour être formateur UFOLEP Gym

Principe de base :

Le BF Formateur Gym est valable 4 ans

- Recyclage au minimum une fois tous les 4 ans si participation à des formations
- Recyclage systématique si pas de participation à une formation BF animateur ou BF Educateur
- Validation si participation au Stage T (Travaux sur le programme animateur)
- Validation par la CNS
- FIF

Plan National Formation Encadrement fédéral Gymnastique

Filière Non Diplômante

Filière Non Diplômante

- **Thème spécifique suivant les demandes par territoire**
 - Reconnaissance des éléments pour le jugement
 - Peut être réalisé lors des formations juges avec l'appui d'un formateur animateur*
 - Justification technique de reconnaissance d'éléments (différencier fautes de jugement et choix techniques d'apprentissage)
 - Sous forme de discussions et partage d'expérience (coach et juge)
 - Préparation physique orientée « Parkour »
 - Le public Adultes
 - Le public Sport adapté
 - Le matériel gonflable
 - Les différents agrès GAF et GAM
 - Eléments spécifiques (suivant les demandes des stagiaires)
 - Sous forme de partage d'expérience entre stagiaires

Filière Non Diplômante - Formation par Thèmes

- Préparation physique orientée Parkours
 - Travail sur impulsion jambes, bras, gainage
 - Spatialité : jumeler avec travail sur trampoline
 - Dynamisme, pliométrie
 - Connaissance sur les mouvements déplacement des singes et des félins
 - Le matériel pour commencer

Filière Non Diplômante - Formation par Thèmes

- **Le public Adultes**

(ne pas reproduire APE ou Fitness garder à l'esprit la pratique de la gymnastique aux agrès)

- Assouplissements et étirements
- La manipulation
- Travail sur le gainage et les maintiens lombaires
 - Apprendre à tomber
 - Protéger son dos lors d'exercices physique (voir vidéos sur youtube des mauvaises postures)
- Travail sur les sensations reprendre les aptitudes motrices
 - Rotations avant, arrière et longitudinale
 - Suspension
 - Renversement
 - La découverte des agrès
 - Les percussions sur différentes surfaces
 - Coordination des mouvements

Filière Non Diplômante - Formation par Thèmes

- **Le public Gym adaptée**

(S'appuyer sur les professionnels Éducateur spécialisé et Psychomotricien)

- Connaissance du public et des différents handicaps
- Stades développement enfant mis en parallèle suivant
 - Niveau de compréhension en fonction du handicap
- Comment manipuler et mettre en confiance
 - Les différentes manières d'aider à la réalisation
- Les outils pour la compréhension des mouvements demandés et des agrès

Filière Non Diplômante - Formation par Thèmes

- Les différents agrès GAM et GAF

(conseiller d'avoir des gymnastes pour la réalisation)

- Connaissance de l'agrès (normes et adaptation face au public)
- Présentation de l'élément et de ses évolutions possibles
- Les besoins physiques pour la réalisation
- Le découpage en phases des éléments
- La manipulation l'aide et la parade
- Les fautes et remédiations (où regarder ?)

Un secrétaire pourrait prendre toutes les notes afin de permettre la rédaction de nouvelles fiches A.I.D.E. regroupement des fiches lors des stages T et uniformisation de la fiche A.I.D.E. nationale

Filière Non Diplômante - Formation par Thèmes

- Les rendez-vous techniques
(conseiller d'avoir des gymnastes pour la réalisation)
 - Discussion et partage suivant un thème général prédéfini
(groupe de 10 à 15 personnes – 1 thème par an)
 - Les rotations avant
 - Les rotations arrière
 - Les rotations longitudinales
 - Courbette et alignement
 - Appuis et impulsions



Les thèmes et sujets des rendez-vous techniques peuvent être établis par la CNS chaque année suivant les difficultés rencontrées en compétition

Plan National Formation Encadrement fédéral Gymnastique

Mise en oeuvre

Les formes possibles pour les formations Filière Ecole de Gym / Filière Non Diplômante

- Par 1/2 journée ou Week-end
 - Privilégier une journée complète pour la formation Aide Animateur afin d'avoir une immersion totale
- Suivant les disponibilités de chaque département ou région

Les formes possibles pour les formations Filière gym Compétitive

- **Stage en immersion totale avec gymnastes (Recommandé)**
 - Mixé avec stage BF animateur pour interactions
 - Minimum 5 jours
- **Par jour ou Week-end**
 - Minimum 1 week-end pour Module Entraînement
 - Minimum 1 week-end pour Module Analyse Technique
 - Minimum 1 jour pour Module Manipulation et Parade
 - Minimum ½ journée BF Module Préparation Gymnique
- **1/2 journée**
 - Privilégier cette forme pour les thèmes spécifiques territoriaux

Les formes possibles pour les formations Filière Formateur

- **BF Formateur Gym Formateur**
 - Stage Inter-régional en immersion totale (Recommandé)
 - Jumeler avec stage BF animateur et BF Educateur
 - Minimum 5 jours
- **Objectifs recherchés**
 - Partage des visions et expériences territoriales pour les stagiaires
 - Emulation des stagiaires
 - Regroupement des formateurs sur un même lieu (échanges et brainstorming sur la formation)
 - Peut servir en plus du stage T pour recyclage
 - Mettre les stagiaires BF Formateur Gym en situation d'encadrement de formation

Exemple de mise en œuvre d'un stage de formation en filière compétitive:

- 3 matinées de 3H
 - Cours théoriques en présentiel ou visioconférence et travaux personnels à remettre
- Stage 6 jours
 - Jours 1 à 5 :
 - Alternance cours pratiques, théoriques et encadrement en salle avec gymnastes cobayes
 - Travail et partage de groupe
 - Jour 6 :
 - Examen pratique, mise en situation d'encadrement
- 3 matinées de 3H - Cours théoriques
 - Analyse technique
 - Planification de séance
 - Biomécanique appliquée

Le réinvestissement des futurs formateurs

- **Matinées de formation et Stage 6 jours**
 - **Jours 1 à 6** : (temps de repas et de repos compris)
 - Participation et intervention sur les cours théoriques et durant le travail pratique en salle
 - Prise en charge des gymnastes pour les animations après les séances de gym
 - Passerelles entre formateurs et stagiaires