



Fédération Française de Gymnastique

**Formation fédérale
des cadres
Filière compétitive**

Gymnastique Acrobatique

SOMMAIRE

Avertissement	Erreur ! Signet non défini.
Inscriptions – Validations – Prérogatives	2
Initiateur fédéral	4
Contenu de formation	4
Moniteur fédéral	6
Contenu de formation	6
Epreuves de certification	9
Contenu de formation : 60 heures	10
Epreuves de certification	12

Avertissement

La pratique des activités gymniques entraîne des obligations pour l'association qui en maîtrise l'organisation et pour les cadres.

L'association doit organiser les activités en veillant à la sécurité de ses membres notamment par la mise à disposition d'un encadrement compétent et d'un matériel adapté. Le cadre, par son action participe à cette mission.

Il doit:

- appliquer et faire respecter les consignes générales de sécurité
- rester dans le cadre de ses prérogatives. Celles ci sont définies en cohérence avec son niveau de qualification, par le président du club.

Cette brochure définit les compétences et prérogatives des cadres en fonction du diplôme fédéral obtenu. Nous vous engageons à les respecter scrupuleusement.



Inscriptions – Validations – Prérogatives

Filière activités gymniques compétitives

	Conditions d'inscription	Conditions de validation	Prérogatives du titulaire du diplôme
I N I T I A T E U R	Être licencié FFG Age d'entrée en formation à l'initiative des régions	16 ans dans la saison sportive (avant 31/08) Avoir validé : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Présence active en formation ▪ Le stage d'application de 50 heures dans une structure de la Fédération Française de Gymnastique ▪ La participation à une compétition dans les secteurs organisation, jugement, capitaneat ou pratique 	Le titulaire d'un diplôme d'initiateur peut être en autonomie pédagogique pour l'initiation d'un groupe au niveau Filière Inter régionale 1 et 2 et trio Fédéral avenir 1
M O N I T E U R	Être licencié FFG 16 ans dans l'année civile Titulaire du diplôme : d'initiateur dans la discipline choisie Être en possession d'un livret de formation renseigné sur le niveau inférieur	17 ans dans la saison sportive (avant 31/08) Avoir validé : <ul style="list-style-type: none"> ▪ La présence active en formation moniteur ▪ La participation à 3 demi-journées de regroupement régional ou sur un centre régional d'entraînement en Gymnastique Artistique Féminine, Gymnastique Artistique Masculine et Gymnastique Rythmique ▪ Le stage d'application pratique de 70 heures dans une structure de la Fédération Française de Gymnastique ▪ La participation aux compétitions dans les secteurs organisation, jugement ou capitaneat ▪ Le niveau de pratique requis dans la discipline Avoir satisfait aux épreuves de certification	Le titulaire d'un diplôme de moniteur peut être en autonomie pédagogique pour l'entraînement d'un groupe au niveau Filière Inter régionale 3 Fédéral avenir 2
E N T R A Î N E U R	Être licencié FFG Être titulaire du diplôme de moniteur dans la discipline choisie Être en possession d'un livret de formation renseigné sur le niveau moniteur	Avoir 18 ans dans la saison sportive Être titulaire de l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (A.F.P.S.) Avoir validé: <ul style="list-style-type: none"> ▪ La présence en formation entraîneur incluant la formation de juge niveau 3 pour l'aérobic et juge niveau 2 pour les autres disciplines (catégorie 2 en G.A.F) ▪ Le stage d'application pratique de 90 heures dans une structure de la F.F.G Avoir satisfait aux épreuves de certification	Le titulaire d'un diplôme d'entraîneur peut être en autonomie pédagogique pour l'entraînement d'un groupe au niveau Fédéral senior National espoir



Initiateur fédéral Gymnastique Acrobatique

Contenu de formation
30 heures minimum

Document support

Livret technique initiation acrosport - Casette vidéo Gymnastique Acrobatique : de la découverte à l'initiation
Tiré à part revue EPS : Acrosport des outils d'analyse pour mieux l'enseigner

Être capable d'identifier les techniques de base	
Être capable d'utiliser la terminologie adaptée	<p>Les cours théoriques doivent être succincts et imagés</p> <p>Les analyses des gestes. doivent aboutir à des mises en situations</p>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ La terminologie de base 	
Être capable d'identifier les principes de base régissant l'activité	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les actions gymniques et acrobatiques... 	
Être capable de décrire les différentes phases d'actions	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Plan chronologique d'analyse du geste : phases importantes ▪ Aspect externe et interne : Les trajectoires, les actions musculaires Description des gestes ▪ Notions élémentaires de biomécanique Les forces (définition, caractéristiques) Le centre de gravité La loi d'action - réaction La notion d'équilibre Les trajectoires Les rotations (axes, plans) ▪ Analyse descriptive des éléments de base en gymnastique acrobatique ▪ <i>Eléments individuels</i>: A.T.R., courbette faciale et dorsale en vue de l'approche des éléments acrobatiques futurs (roue, rondade, souplesse avant et arrière, flip, sauts de mains et salto avant), équerre, équilibre en force ▪ <i>Eléments collectifs</i> Caractéristiques de base des pyramides : position des porteurs, du voltigeur, placements, prises et les contacts, notion de tempo, de rattrape, de réception. <u>Statiques</u> : les porters simples et variés conduisant à la diversité des positions de chaque partenaire, par exemple <ul style="list-style-type: none"> • Montée sur les cuisses, • Montée sur les épaules, • Voltigeur en position horizontale, ventrale ou dorsale, porteur sur le dos ou debout, • Voltigeur en équerre, porteur(s) sur le dos • Voltigeur : renversement, porteur sur le dos • Voltigeur : ATR sur appuis simples et variés, porteur assis ou debout • Variantes et évolution <u>Dynamiques</u> : <ul style="list-style-type: none"> • Le tempo (synchronisation des actions préparatoires à l'impulsion) conduisant à la réalisation des chandelles sous toutes ses formes • Les éléments accompagnés • Les départs ventre ou dos en trio 	
Être capable de repérer les différentes actions musculaires	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Notions élémentaires d'anatomie: <ul style="list-style-type: none"> • Le squelette (importance de l'alignement et du placement du dos) • Les ceintures scapulaire et pelvienne • Les grands groupes musculaires • Les différentes formes de travail du muscle 	



Être capable d'animer des groupes en gymnastique acrobatique	
Être capable d'appliquer les principes de base de l'organisation de séance <ul style="list-style-type: none"> ▪ Principes généraux de la construction de séance <ul style="list-style-type: none"> • découpage d'une séance • organisation matérielle / sécurité • organisation des exercices • gestion du temps • gestion du groupe • critères d'observation et d'évaluation... ▪ Elaboration et conduite de séances en "Gymnastique Acrobatique ": <ul style="list-style-type: none"> • Mise en application des principes généraux • Les formes diversifiées de travail 	<p>Les cours théoriques doivent définir les grandes généralités.</p> <p>La formation doit être principalement effectuée en situation</p>
Être capable de proposer des exercices adaptés au public, d'observer, de corriger et d'évaluer et d'assurer la sécurité des pratiquants <ul style="list-style-type: none"> ▪ Méthodologie d'apprentissage des gestes techniques analysés ▪ Aides, manipulations et parades de ces éléments ▪ Utilisation du matériel (tapis de sécurité, longes, porte mains, trampoline) ▪ Règles de base de sécurité 	<p>Mise en situation pédagogique</p>
Être capable d'adapter son comportement au public <ul style="list-style-type: none"> ▪ Connaissance des publics: enfants et adolescents ▪ Attitude et comportement de l'éducateur 	

Être capable d'initier à la gymnastique acrobatique	
Être capable de construire et diriger des échauffements <ul style="list-style-type: none"> ▪ Principes de base de l'échauffement Construction d'échauffement général adapté à la gymnastique acrobatique 	<p>Mise en situation pédagogique</p>
Être capable de repérer les différentes actions musculaires <ul style="list-style-type: none"> ▪ Principes de base de la préparation physique 	
Être capable de construire un enchaînement en catégorie découverte et fédéral avenir 1 <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les grands principes de composition ▪ Première approche de l'artistique 	
Être capable de proposer une progression sur une saison <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sensibilisation à l'organisation d'une saison : mise en application sur le 1^{er} niveau compétitif 	
Être capable d'assurer la sécurité des pratiquants <ul style="list-style-type: none"> ▪ Notions de premiers soins ▪ Prévention des microtraumatismes liés à ce niveau de pratique 	

Être capable de se situer dans sa structure	
Être capable de se situer dans son environnement fédéral proche <ul style="list-style-type: none"> ▪ Le club, le comité départemental <ul style="list-style-type: none"> • Composition de l'équipe dirigeante (technique et administrative) • Mission de chacun 	<p>Travail sous forme de recherche et d'enquête dans les structures</p>
Être capable d'appliquer la réglementation fédérale en vigueur <ul style="list-style-type: none"> ▪ Réglementation technique générale, (médicale, licence...) ▪ Réglementation technique des programmes découverte, filière interrégionale 1 et 2 et trio, fédéral avenir 1, carte de compétition 	<p>Lecture de la brochure technique et d'une licence</p>



Moniteur fédéral

Gymnastique Acrobatique

Contenu de formation

45 heures

Documents supports

Livret technique initiation acrosport - cassette vidéo Gymnastique Acrobatique - CD cours théoriques 2003

Être capable de maîtriser les techniques de base	12H00	
<p>Être capable de reconnaître et de décrire les éléments de base de l'activité avec une terminologie adaptée</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Notions de bio mécanique : <ul style="list-style-type: none"> • déclenchement des rotations vers l'avant, vers l'arrière • Déclenchement des vrilles (élémentaires) • Loi de Newton (gravité, action-réaction) ▪ Eléments de physiologie et d'anatomie : <ul style="list-style-type: none"> • Différents régimes de contraction musculaires • Anatomie Fonctionnelle : principales actions musculaires ▪ Analyse technique des éléments de base individuels <ul style="list-style-type: none"> • Souplesses avant, arrière • Rondade • Flip avant et arrière • Saut de mains • Saut de tête • Salto avant et arrière • Sauts chorégraphiques (grand jeté, saut de biche, saut écart, saut ciseau...) ▪ Analyse technique des éléments de base collectifs <ul style="list-style-type: none"> • Statique : Evolution des éléments abordés en initiateur, les transitions simples de porteur, les transitions de base de voltigeur. Exemples : <ul style="list-style-type: none"> • Equerre sur porteur debout (duo et trio) • Position de fente (trio) → équerre sur jambe arrière • Petit équilibre (montée en élan et en force) • Pyramide à trois étages : porteur(se) en chaise ou table semi et voltigeur(se) debout • Transitions simples de porteur en duo (descente grand écart, assis,...) • Transitions de base de voltigeur (équerre croco, ...) • Dynamique : les salti simples, avant et arrière (duo / trio) dans diverses positions de départ (sorties ou éléments dynamiques) et sous toutes ses positions, les rattrapes simples, les tempo dans des positions variées. Exemples : <ul style="list-style-type: none"> • salto arrière et avant (duo / trio) • chandelle rattrape (départ du sol ou des mains) duo / trio • vrilles élémentaires (rotation longitudinale de 360°) • tempo à l'ATR → duo sortie ange, trio = préparation tsukahara et Tkatchev • rattrapes ventre et dos en trio après rotation transversale (1/4) 	<p>2h00</p> <p>2h00</p> <p>8h00</p>	<p>Cours théoriques et travaux pratiques</p> <p>Utilisation support vidéo indispensable</p>



Être capable d'enseigner la gymnastique acrobatique		14H00
Être capable d'assurer la sécurité active et passive des pratiquants <ul style="list-style-type: none"> ▪ Installation et utilisation du matériel à disposition en fonction du public (respect des règles de sécurité) ▪ Les aides, manipulation et parades des éléments concernés 	1h00	Pratique Cours théoriques
	1h00	
Être capable d'adapter son enseignement au public concerné: analyser et proposer des situations adaptées aux niveaux des publics <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mise en place de situations d'apprentissage sur les éléments abordés : sensibilisation à la "part-method " ▪ Connaissance des différents niveaux de pratique ▪ Méthodologie et utilisation d'outils d'observation (grilles...) ▪ La relation « entraîneur-entraîné » : attitude et comportement, adaptation aux différents publics 	8h00	Pratique
	1h00	Pratique
	1h00	Cours
	1h00	théoriques
Être capable de préparer et gérer un groupe en compétition <ul style="list-style-type: none"> ▪ Attitude et comportement du moniteur avant, pendant et après la compétition: échauffement – motivation - bilan 	1h00	Discussion et échanges d'expériences

Être capable de gérer l'entraînement en gymnastique acrobatique		14H00		
Être capable de mettre en place un programme de préparation physique en fonction du gymnaste et des objectifs <ul style="list-style-type: none"> ▪ La respiration, la circulation et les filières énergétiques <ul style="list-style-type: none"> · Adaptation à l'effort de la circulation et respiration · Les différents types d'effort en gymnastique acrobatique ▪ Bases physiologiques de la préparation physique <ul style="list-style-type: none"> · Renforcement musculaire · Identification des différents modes de contraction dans un programme de musculation · Identification des méthodes d'assouplissement ▪ Mise en place de séances de préparation physique générale : renforcement musculaire et assouplissement ▪ Mise en place de séances de préparation physique spécifique adaptées aux éléments abordés en technique: placement, répétitions, consignes 	1h00	Cours théoriques et pratiques		
	1h00			
	1h00	Cours théoriques Travaux pratiques		
	1h00			
	Être capable d'élaborer une planification annuelle adaptée aux objectifs fixés et au public <ul style="list-style-type: none"> ▪ Définition des composantes de la planification - Méthode de construction - Outils d'évaluation ▪ Planification <ul style="list-style-type: none"> · Préparation physique générale et spécifique (énergétique, renforcement musculaire, assouplissement) · Préparation technique et acrobatique ▪ Programmation et planification : application sur la saison compétitive, construction du planning ▪ Les différentes formes de travail des éléments : utilisation du trampoline, de portemains, de la longe et de fosse de réception 		2h00	Cours théoriques Travaux pratiques
			2h00	
1h00				
1h00				
Être capable de composer un exercice de compétition (Duos- trios) <ul style="list-style-type: none"> ▪ Composition d'exercices semi imposés combinés en tenant compte des éléments individuels et collectifs ▪ Les bases de la chorégraphie <ul style="list-style-type: none"> · Modalités d'utilisation de l'espace · Modalités d'utilisation de la musique · Les effets chorégraphiques · Les relations entre partenaires 	2h00			
	3h00			



Être capable de se situer dans l'environnement gymnique		5 H00
Être capable d'appréhender la structure du comité régional et de l'inter région <ul style="list-style-type: none"> ▪ Le comité régional et l'inter région : Statut juridique, organisation, financement, missions et relations 	2h00	Cours théorique
Être capable d'appréhender la réglementation fédérale <ul style="list-style-type: none"> ▪ Programme technique FFG pour le niveau de compétition interrégional 3 et fédéral avenir 2 ▪ Engagements et certificats médicaux, 	1h00	Cours, utilisation de la brochure technique
Être capable de cerner l'organisation technique d'une compétition <ul style="list-style-type: none"> ▪ Secrétariat, matériel, secours, micro,.... 	1h00	Cours + Implication dans une organisation régionale
Être capable d'encadrer un groupe en connaissant ses responsabilités <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsabilités civile et pénale en relation avec l'encadrement en gymnastique <ul style="list-style-type: none"> • Déclaration d'accident • Premiers soins • Autorisation parentale • Prévention des risques en gymnastique acrobatique • Assurance (transport et autres) • Absence non signalée • Faute de comportement (maltraitance...) 	1h00	Cours théorique



Epreuves de certification Moniteur fédéral Gymnastique Acrobatique

1. Une séance pédagogique (coefficient 5)

Le candidat tire au sort un élément collectif

Temps de préparation : 45 minutes

Il doit effectuer par écrit la préparation de la séance, l'analyse du geste et la préparation physique afférente à l'élément technique

- Il conduit une séance d'apprentissage de l'élément avec un groupe d'application

Durée: 30 minutes

Coefficient 3

Au travers de cette épreuve est évaluée la capacité à enseigner la Gymnastique Acrobatique.

- Cette séance est suivie d'un entretien de 15 minutes

Coefficient 2.

Au travers de l'entretien et de la préparation écrite sont évaluées les capacités à maîtriser les techniques de base et gérer l'entraînement.

2. Un QCM au travers duquel est évaluée la capacité à se situer dans l'environnement gymnique régional et national

Coefficient 1

Le niveau de pratique est un pré requis. Il doit être validé avant l'examen final moniteur.

Deux modalités de validation de la pratique sont possibles

- **En compétition**

8,50 points en filière interrégionale 1, 2 et 3 et trio

8,00 points en avenir 1 et 2

18 points en fédéral senior

18 points dans un exercice statique, dynamique ou combiné dans les catégories national espoir ou élite

- **Sur une épreuve spécifique**

Le candidat doit présenter un mouvement répondant aux exigences d'un exercice semi imposé correspondant aux catégories avenir 1 et 2 et obtenir une note de 8,50

Le diplôme de moniteur fédéral est délivré aux candidats qui obtiennent la moyenne générale aux épreuves de l'examen (60/120 points).



Entraîneur fédéral

Gymnastique Acrobatique

Contenu de formation : 60 heures

Être capable de maîtriser les techniques		14 H00
<p>Être capable de décrire et analyser les éléments techniques</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Biomécanique : <ul style="list-style-type: none"> • Vitesse de déplacement et balayage angulaire • Déclenchement des rotations vers l'avant, vers l'arrière (rappel) • Déclenchement des vrilles (contact et aériennes) • Transfert de moment cinétique • Moment d'inertie ▪ Eléments de physiologie et d'anatomie : <ul style="list-style-type: none"> Différents régimes de contraction musculaire Anatomie fonctionnelle : principales actions musculaires ▪ Analyse technique des éléments individuels suivants : <ul style="list-style-type: none"> • Pivots • Sauts chorégraphiques (grand jeté changement, manège, grand jeté quart de tour...) • Salto arrière carapé, tendu • Des liaisons : <ul style="list-style-type: none"> • rondade / flip / salto (groupé, tendu) • saut de mains salto avant ▪ Analyse technique des éléments collectifs suivants : <ul style="list-style-type: none"> <u>Statiques</u> : <ul style="list-style-type: none"> • Grand équilibre (duo / trio) • Mexicain • Planche libre • Les transitions de voltigeur vers et à partir des éléments suivants : équerre, équilibre, "croco", "mexicain", planche ... • Les transitions de porteur (descente allongée, 360°,...) • Les bases (trio) • Les équerres et les équilibres 2 in 2, 2 in 1 ... • Les entrées <u>Dynamiques</u> : <ul style="list-style-type: none"> • Les combinaisons de salto et vrille • Tsukahara • Tkatchev • Les « rattrappes » après rotation 	<p>2h00</p> <p>2h00</p> <p>9h00</p>	<p>Cours théoriques</p> <p>Travaux pratiques</p> <p>Utilisation du support vidéo indispensable</p>
<p>Être capable d'utiliser la terminologie adaptée à ce niveau</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Terminologie, dessins et valeurs correspondantes 	<p>1h00</p>	<p>Cours théoriques et pratiques</p>
Être capable d'enseigner la gymnastique acrobatique		19H00
<p>Être capable d'assurer la sécurité active et passive des pratiquants</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Installation et utilisation du matériel à disposition, respect des règles de sécurité (rappel) ▪ Les aides, manipulation et parades des éléments concernés 	<p>1h00</p> <p>1h00</p>	<p>Pratique</p> <p>Cours théoriques</p>
<p>Être capable d'adapter son enseignement : analyser et proposer des situations adaptées aux niveaux des publics</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mise en place de situations d'apprentissage sur les éléments appréhendés en analyse technique ▪ Utilisation de la "part method" et des différents supports pédagogiques ▪ Connaissance des différents niveaux de pratique ▪ Méthodologie et utilisation d'outils d'observation: grilles, vidéos, photos... 	<p>11h00</p> <p>2h00</p> <p>1h00</p>	<p>Pratique</p> <p>Pratique</p> <p>Travaux pratiques</p>



Être capable. de composer une chorégraphie <ul style="list-style-type: none"> ▪ Synchronisation du travail technique de la formation sur des temps définis et précisés: placements, déplacements, orientation du groupe et de chacun des partenaires 	3h00	Pratique Cours théoriques
Être capable de gérer l'entraînement en gymnastique acrobatique		20 H00
Être capable de mettre en place un programme de préparation physique en fonction du gymnaste et des objectifs <ul style="list-style-type: none"> ▪ Approfondissement sur la physiologie de l'entraînement <ul style="list-style-type: none"> • Les filières énergétiques • Adaptation à l'effort, la récupération ▪ La préparation physique générale et spécifique ▪ Mise en place de séances de préparation physique générale renforcement musculaire, étirements, récupération. ▪ Mise en place de séances de préparation physique spécifique adaptées aux éléments abordés, placement, répétitions, consignes, selon les publics 	1h00 1h00 1h00 4h00	Cours théoriques et travaux pratiques
Être capable d'élaborer une planification annuelle adaptée aux objectifs fixés et au public <ul style="list-style-type: none"> ▪ Planification : application sur la saison compétitive Identification des cycles d'entraînement - Variation des charges ▪ Programmation : application sur la saison compétitive <ul style="list-style-type: none"> • préparation physique générale et spécifique • préparation technique et difficultés supérieures • chorégraphie • préparation mentale • récupération ▪ Les différentes formes de travail en gym acrobatique : <ul style="list-style-type: none"> • L'acrobatie et bases « acro » • Travail des éléments • "Complet de base" • "Complet chorégraphie" • "Complet musculation" • "Complet en ½ parties" • "Complet ..." 	3h00 3h00 1h00	
Être capable d'identifier les habiletés mentales et d'utiliser les techniques de base de la préparation mentale <ul style="list-style-type: none"> ▪ Apprentissage et perfectionnement des habiletés mentales Les cinq capacités de base et les techniques : <ul style="list-style-type: none"> • relâcher le corps et l'esprit : techniques de relaxation • réguler le niveau d'activation : techniques de respiration • techniques de communication • techniques de visualisation • techniques de concentration 	3h00	
Être capable de vérifier si les objectifs fixés sont atteints <ul style="list-style-type: none"> ▪ Suivi de l'entraînement: carnet d'entraînement, grilles d'évaluation sur les paramètres de la performance, tests 	1h00	
Être capable de composer un enchaînement <ul style="list-style-type: none"> ▪ Composition d'exercices statiques, dynamiques et combinés ▪ Travail pratique sur la musique <ul style="list-style-type: none"> • Utiliser la phrase musicale et les blocs musicaux • Reconnaître les différents styles de musiques 	2h00	
Être capable de se situer dans l'environnement gymnique		7 H00
Être capable d'appréhender la structure fédérale <ul style="list-style-type: none"> ▪ La Fédération Française de Gymnastique Statut juridique, organisation, missions 	5h00	Cours théoriques



Être capable d'appréhender la réglementation fédérale <ul style="list-style-type: none"> ▪ Connaissance des règlements techniques et des programmes proposés par la FFG pour le niveau de fédéral senior et national espoir 	2h00	Cours théoriques et utilisation de la brochure technique
--	------	--

Epreuves de certification Entraîneur fédéral Gymnastique Acrobatique

1. Une épreuve écrite au travers de laquelle est évaluée la capacité à maîtriser les analyses descriptives, techniques, biomécaniques et musculaires d'un élément technique.

Durée : 2 heures

Coefficient : 2

2. Une épreuve pédagogique au travers de laquelle sont évaluées les capacités à enseigner et gérer l'entraînement en Gymnastique Acrobatique.

Durée : 1 heure

Coefficient : 6

- Temps de préparation : 1 heure
- Conduite d'une séance visant à l'apprentissage de deux éléments techniques tirés au sort (1 individuel + 1 collectif ou 2 collectifs) avec un groupe de gymnastes. A l'issue ou au cours de la séance le candidat conduit, une séquence de préparation physique adaptée aux éléments enseignés.

Durée de la séance : 45 minutes

Coefficient 5

La séance est suivie d'un entretien de 15 minutes avec le jury

Coefficient 1

3. Une épreuve de composition au travers de laquelle est évaluée la capacité à maîtriser la technique de construction des mouvements. Le candidat tire au sort une musique et les caractéristiques de la formation pour laquelle il doit mettre en place cette chorégraphie (discipline, catégorie...). Un groupe support peut être mis à disposition du candidat sur sa demande.

Temps de préparation : 30 minutes.

Le candidat expose le plan de sa composition: découpage musical, utilisation de l'espace, contenu...

Il démontre les premiers temps de sa chorégraphie en relation avec le style musical

Durée 15 minutes

Coefficient 2

4. Une évaluation de la planification et programmation annuelle de leur groupe d'entraînement. Cette évaluation est réalisée durant les travaux pratiques en cours de formation.

Coefficient 1

5. **Un entretien de 20 minutes à partir d'un rapport sur la structure affiliée à la Fédération Française de Gymnastique** dans laquelle le candidat a réalisé son stage pratique d'application.

Au travers de cette épreuve, est évaluée la capacité à se situer dans l'environnement fédéral.

Coefficient 1

Le diplôme d'entraîneur fédéral est délivré aux candidats qui obtiennent :

- La moyenne générale aux épreuves de l'examen : 120 points / 240 points
 - La moyenne en pédagogie : 60 points / 120 points

