

# Stage Détection DRA

Le Comité Régional FFGym Occitanie et le secteur technique Masculin souhaitent accompagner les clubs Occitans ayant une section GAM, leurs entraîneurs et leurs gymnastes.

Pour cela, le Comité Régional vous propose un évènement complémentaire appelée "**Stage Détection DRA**".

L'objectif du « **Stage détection DRA** » comme son nom l'indique est de permettre à l'ensemble de nos jeunes gymnastes (de la génération 2014- 2015-2016) de participer à ces tests annuellement. En fonction de leur performance du jour, et de la compétition de la veille, les gymnastes seront proposés pour intégrer le collectif « Dispositif Régional d'Accession ».

Dans l'espoir de se retrouver nombreux lors de cette "**Stage Détection DRA**".

## **Principe et information sur les stages DRA**

Les stages DRA permettant de réunir pendant les vacances scolaires, les meilleurs gymnastes de la région engagés dans une filière de performance.

L'émulation de groupe permet d'affiner le travail dans les clubs et d'accompagner les gymnastes au cours de leur formation.

Les entraîneurs n'ayant pas de gymnastes dans ce collectif pourront également se rapprocher du Comité Régional pour venir sur des stages DRA pour observer et échanger avec les techniciens responsables du stage. Le partage étant notre plus grande force pour faire vivre et grandir notre secteur.

## Tests spécifiques GAM 7 – 9 ans RER GAM Occitanie Edition 2023

Les tests spécifiques présentés dans ce document ne sont pas à finalité compétitive, ils sont un outil d'évaluation. Ils ont pour vocation d'être un programme de formation complémentaire aux programmes compétitifs et de servir de référence technique et physique aux « entraîneurs formateurs » des jeunes gymnastes.

Il s'avère nécessaire de maintenir cette dynamique en poursuivant l'amélioration des apprentissages permettant de progresser et de développer la performance sur le long terme.

**Objectifs :** L'ambition est de répondre aux besoins les plus larges possibles et de présenter une palette d'exercices progressifs tant au niveau physique que technique pour la formation de base :

- En évaluant la progression plutôt qu'uniquement la performance par une approche longitudinale.
- En évaluant, à un moment donné du parcours du gymnaste, les capacités athlétiques et techniques, en rapport avec les qualités nécessaires pour faire de la gymnastique de Haut-niveau.
- En proposant un outil pédagogique de formation à destination des entraîneurs, sur les aspects physiques et techniques particuliers, que requiert la haute performance gymnique actuelle.
- En constituant des axes et des repères de travail précis.
- En visualisant par une approche longitudinale la progression du gymnaste dans le temps, et non pas uniquement la performance pour l'identification des talents.

Cet outil participe de la protection du gymnaste et à vocation à l'accompagner le jeune gymnaste dans sa formation de base.

## Pour ce faire, Il a été nécessaire :

- De dissocier les exercices de souplesse des évaluations de force pour en faire un facteur pondération lors des résultats.
- De préciser les limites d'exercices possibles par tranche d'âge afin de rester progressif dans les apprentissages.
- De développer les critères d'exigences dans la réalisation des exercices pour améliorer la précision technique et artistique.
- De tenir compte du stade de développement momentané des gymnastes.
- De créer des tests 7-9 ans pour permettre de repérer les potentiels.

Ces tests se déroulent en trois parties. L'une sur un programme physique et la seconde sur la technique et la troisième sur la souplesse. Ils sont destinés à effectuer un suivi de la progression des acquis travaillés à l'entraînement en complément du programme de compétition.

Chaque gymnaste doit présenter un exercice qu'il maîtrise parmi ceux autorisés par année d'âge.

Le repérage de couleur permet de connaître les exercices autorisés par année d'âge :

**7 ans**

**8 ans**

**9 ans**

Principe et critère de jugement L'objectif étant d'exécuter le niveau de difficulté correspondant aux capacités du gymnaste, une attention particulière est portée sur le jugement de la forme technique et la qualité d'exécution. C'est la forme du travail en exécution qui permet de réaliser les meilleures performances. Les barèmes d'évaluations utilisés sont valables aussi bien pour les tests physiques que techniques. Le calcul de la note finale s'effectue par :

	<b>Note de difficulté</b>	Multiplié	<b>Note d'exécution</b>	
<b>Test physique</b>	de 1 à 10 pts	X	de 0 à 4 pts	<b>= Note finale de l'exercice</b>
<b>Test technique</b>	de 1 à 12 pts	X	de 0 à 4 pts	<b>= Note finale de l'exercice</b>

## 1- La note de difficulté

Un barème de point de difficulté est déterminé en fonction des performances réalisées sur le test physique et des éléments ou combinaisons sur le test technique.

## 2 – La note d'exécution

Les critères d'évaluation sont précisés pour chacun des éléments demandés sur le test physique et à chaque agrès sur le test technique. Le tableau ci-dessous permet de situer la valeur de point final à accorder entre 0 et 4 points suivant le total des fautes d'exécutions relevées dans la présentation de l'exercice par le gymnaste.

Critère 1 :	Critère 2 :	Critère 3 :	Critère 4 :	Points accordés
Chute	Aspects techniques	Déduction		
Sans chute	Elément(s) présenté(s) avec virtuosité, amplitude Respect des points d'attention technique.	Elément(s) présenté(s) uniquement avec des petites fautes à (0.1)		4 pts
	Respect des points d'attention sur la réalisation technique avec fautes d'exécutions moyennes.	Elément(s) présenté(s) sans fautes grossières à (0.5)	Elément(s) présenté(s) avec en majorité des petites fautes à (0.1) par rapport à des fautes moyennes à (0.3)	3.5 pts
Chute sur éléments secondaires avant ou après éléments principaux		Non-respect des points d'attention sur la réalisation technique avec fautes techniques à (0,3) en plus de fautes d'exécutions à (0,3)	Elément(s) présenté(s) avec au maximum 1 faute grossière à (0.5)	Elément(s) présenté(s) avec en majorité des fautes moyenne à (0.3) par rapport à des petites fautes (0.1)
	Elément(s) présenté(s) sans fautes grossières à (0.5)		2.5 pts	
Chute pendant les éléments principaux	Non-respect des points d'attention sur la réalisation technique avec fautes techniques à (0,3) en plus de fautes d'exécutions à (0,3)	Elément(s) présenté(s) avec au maximum 1 faute grossière à (0.5)	Elément(s) présenté(s) en majorité avec des fautes moyenne à (0.3)	2 pts
		Elément(s) présenté(s) avec des fautes grossières à (0.5)		1.5 pts
		Elément ou combinaison non reconnu		0 pt

### 3 - Annonce et reconnaissance

Un seul passage est autorisé pour chaque exercice ou routine. Les cas d'exception sont précisés et ne concerne que les tests physiques. Le gymnaste choisi le niveau de l'exercice qu'il maîtrise le mieux et doit l'annoncer à l'avance à l'évaluateur. Lorsque la valeur de l'exercice est déterminée en fonction des angles pour un exercice à l'identique (hauteur des épaules, hauteur du bassin, etc.) c'est à l'évaluateur de déterminer la valeur de difficulté de l'exercice.

*Exemple sur test physique : Les maintiens en équerre renversée.*

*Exemple sur test technique : Progression sur les élans aux anneaux ou barre fixe*

### 4 - Précision sur éléments principaux ou secondaires, éléments manquants :

Lorsque l'exercice présente l'enchaînement de plusieurs éléments, ils sont partagés en éléments principaux ou secondaires. Les éléments principaux sont spécifiés en gras dans les grilles de tests. Les éléments secondaires permettent l'enclenchement ou la liaison des éléments principaux. La présentation de l'exercice étant déterminée par la valeur des éléments principaux, nous devons en tenir compte. En dehors de précisions apportées sur chaque exercice, notamment concernant la reconnaissance d'une valeur de difficulté à un niveau inférieur, la règle générale est :

Un élément secondaire manque avant ou après l'élément principal	Pénalité de 0.3 pts sur la note d' exécution.
Un élément secondaire est ajouté ou différent avant ou après l'élément principal	Pénalité de 0.5 pts sur la note d' exécution. Considéré comme élan intermédiaire. (Pénalité de 0.5 pt)
Chute sur l'élément secondaire	Pénalité de 0.5 pts sur la note d'exécution. <b>Le gymnaste peut poursuivre la combinaison demandée.</b>
Chute sur l'élément principal	Non reconnaissance de l'élément présenté Pénalité de 1 pt sur la note d'exécution. <b>Le gymnaste peut poursuivre la combinaison demandée en reprenant l'élément principal non reconnu.</b>

## **Fonctionnement du « Stage Détection DRA »**

Dans organisation ludique, les gymnastes réaliseront un panel d'exercices permettant de découvrir et d'observer leurs aptitudes et capacités intrinsèques.

Chaque exercice réalisé peut rapporter des points au gymnaste en fonction de son âge et de la performance réalisée sur chaque atelier.

L'idée est de donner l'envie à chacun des enfants de se surpasser et de battre des records tout au long de la journée afin de marquer le plus de point possible.

### **Tests spécifiques :**

- Tests techniques : les groupes éléments et les placements sur les 6 agrès.
- Tests physiques : les capacités motrices des gymnastes
- Tests de mobilités articulaires et souplesses. Les tests sont classés selon l'année Civil du gymnaste

### **Remarques :**

Date butoir d'inscription : **22 Mars 2024** (Vous retrouverez les modalités d'inscription sur le site du comité Régional Occitanie.)

Lieux : **Elan Gymnique Blagnac (27 chemin du moulin de Naudin 31700 Blagnac)**

Date: 7 Avril 2024 Horaire : **9h30 - 17h30**

Restauration : **Pique-nique**

**Pas de public** (car pas de tribune)

**1 entraîneur obligatoire par club et 1 ou 2 évaluateurs par club**

Nous vous proposons une réunion Visio le **12 Février 2024 à 20h** pour présenter l'évènement et les programmes pour faciliter l'appropriation des programmes dans vos clubs.