

Formation des juges débutants (saison 2013-2014)

Suite au constat des juges formateurs, les cours de formation des juges débutants ne sont pas efficaces car les personnes qui sont envoyées dans ces formations ne connaissent absolument pas la gym et pour certaines ne vont même pas aux entraînements.

C'est pourquoi, il a été décidé que tout juge débutant, avant d'être pris en charge par les juges formateurs afin d'apprendre le jugement, doit être pris en charge dans son club par, soit un juge, soit un entraîneur afin d'acquérir des connaissances en gymnastique.

A cette fin, nous avons établi une fiche (voir ci-dessous) afin de vous aiguiller dans ce que vous devez (au minimum) avoir montré et expliqué aux personnes qui viendront se former au jugement.

Cette fiche doit être remplie par la personne référente, au fur et à mesure des apprentissages du juge débutant.

L'objectif est que tous les juges débutants connaissent les bases de gymnastique (Table, Barres, Poutre, Sol), même si dans un premier temps ils n'apprendront à juger qu'1 seul agrès.

Les juges formateurs restent à votre disposition si vous avez besoin d'explications complémentaires

Formation de base des juges débutants

Juge :

Association :

Personne référente : entraîneur / juge (rayer mention inutile)

Ce tableau doit être rempli par la personne référente **avant la formation théorique du 7 février 2014**

Choix des agrès (rayer la ou les mentions inutiles) : TABLE - BARRES – POUTRE – SOL-

Attention : si table de saut choisir obligatoirement un autre agrès

Doit savoir ce qu'est		Date	Qui ?
Présentation du programme fédéral			Tous
Comment lire un imposé			Tous
Terminologie	Jambes tendues, bras tendus, pointes de pieds tendues		Tous
	A genoux dressés		Tous
	A genoux assis talons		Tous
	Accroupie		Tous
	Position groupée		Tous
	Position carpée		Tous
	Bras oblique		Tous
	Bras latéraux		Tous
	Dos rond		Tous
	Corps gainé		Tous
Table de saut (pas la lune)	1 ^{er} envol		Tous
	Appui		Tous
	2 ^{ème} envol		Tous
	Réception		Tous
Barres	Enchaînement 1 ^{er} , 2 ^{ème} et 3 ^{ème}	éventuellement	Barres
	Appuis actif et passif		Tous
	Suspensions active et passive		Tous
	Balancé barre inférieur		Tous
	Balancé barre supérieure		Tous
	Prise d'élan		Tous
	Renversement		Tous
	Tour arrière		Tous
	Appui dos rond		Tous
	Courbes avant et arrière		Tous

Poutre / Sol	Marche sur pointes		Tous
	Saut vertical		Tous
	Saut en progression avant		Tous
	Saut sissonne		Tous
	Saut écart antéro postérieur		Tous
	Pivot en dedans		Tous
	Pivot en dehors		Tous
	Roulades avant / arrière		Tous
	Placement du dos		Tous
	Fente		Tous
	ATR / Roue		Tous
	Chorégraphie 1 ^{er} degré Poutre	éventuellement	Poutre
	Chorégraphie 2 ^{ème} degré Poutre	éventuellement	Poutre
	Chorégraphie 3 ^{ème} degré Poutre	éventuellement	Poutre
	Chorégraphie 1 ^{er} degré Sol	éventuellement	Sol
	Chorégraphie 2 ^{ème} degré Sol	éventuellement	Sol
	Chorégraphie 3 ^{ème} degré Sol	éventuellement	Sol