

# FORMATION ANIMATEUR

ACCESS GYM | GAC  
MODULE 3/3

## OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Animer bénévolement des groupes d'animation en Gymnastique Acrobatique
- Encadrer des séances de découverte Gymnastique Acrobatique
- Garantir aux pratiquants des conditions de sécurité et de maîtrise de l'environnement
- Maîtriser le programme Access Gym GAC (philosophie, objectifs, orientations)
- Maîtriser la technique et la méthodologie d'apprentissage des éléments de base en GAC

### Public et pré-requis

- Être titulaire d'une licence FFGym de la saison en cours
- Avoir 15 ans minimum
- Avoir suivi la formation "Animateur - Module 1/3 - Animer" et "Module 2/3 Access Gym Général"
- Les candidats mineurs devront se munir de leur autorisation parentale impérativement
- Pass sanitaire obligatoire

**Durée :** 14 h

**Effectif en formation :** 20 stagiaires maximum

### Frais pédagogiques

- salarié OPCA : 280 €
- bénévole club : 80 €
- bénévole club QualiClub Bronze : 40 € (aide régionale)

### Frais de pension

Prévoir pique-nique pour le repas du midi

### Hébergement

Non géré par le Comité régional

### Coordonnateurs pédagogiques

- Floriane CHOTARD - floriane.chotard@hotmail.fr [06 59 38 47 35]

### Calendrier / Lieux

**Samedi 23 octobre 2021** de 13h30 à 19h et

**Dimanche 24 octobre 2021** de 9h30 à 17h

Rue Pierre de Coubertin - 35000 Rennes

**Accessibilité :** tous publics, PSH et PMR  
(locaux et formation)

### Inscription

Les inscriptions se font sur l'extranet du site [ffgym.fr](http://ffgym.fr) dans la rubrique FFGymLicence :  
Formation / Gestion des sessions

### Date limite d'inscription

AVANT LE 30 NOVEMBRE 2021

# FORMATION ANIMATEUR

ACCESS GYM | GAC  
MODULE 3/3

## Contenus

- Présentation du programme Access Gym GAC : philosophie, mise en œuvre, progressivité
- Approche technique et constructions des apprentissages des éléments suivants en fonction des capacités physiques et techniques :
  - Caractéristiques générales des pyramides :
  - Positions de porteur, de voltigeur
  - Placements
  - Prises et contacts
  - Notion de tempo
  - Notions de rattrapes et de réception
- Principes de complexification des pyramides :
  - **En statique** : pyramides simples et variées utilisant des positions diversifiées de chaque partenaire : progression des montées debout sur les cuisses et les épaules, vers les positions de base (ATR, équerre, positions debout, positions horizontales) dans les mains de porteur, les changements de positions de base de porteur (descente assise, descente grand écart)
  - **En dynamique** : les éléments accompagnés, les premiers éléments avec envol : le tempo (synchronisation des actions préparatoires à l'impulsion) conduisant à la réalisation des chandelles sous toutes ses formes, les premières rotations transversales et longitudinales
  - **Élément de Sol** : souplesses avant/ arrière, roulade arrière ATR, valse, roue, rondade, saut de mains, flip arrière

## Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrements

- Salle de formation (cours théorique)
- Vidéoprojecteur
- Gymnase spécialisé (cours pratique et travaux dirigés)
- Etude de cas concrets avec des groupes de gymnastes

La formation sera assurée par des formateurs de l'équipe technique régionale et possédant les compétences requises pour proposer une formation de qualité.

## Moyens de suivi et d'évaluation de la formation

- Fiche d'émargement signée par demi-journée par les stagiaires et formateurs
- Évaluation de satisfaction complétée par les participants et un tour de table collectif avec le formateur
- Évaluations pédagogiques en structure de stage : par auto évaluation du stagiaire et par le tuteur
- Certification de fin de formation par évaluation formateur en situation pédagogique
- L'obtention du PSC1 est obligatoire pour valider le diplôme - Attestation à transmettre



## Contact

Comité Bretagne de Gymnastique - 4 allée Marie Berhaut - 35000 Rennes  
 Mail : [secretariat@ffgymbretagne.com](mailto:secretariat@ffgymbretagne.com) - Tel : 02 23 46 73 81  
 N° d'activité : 53 35 08167 35 - Siret : 410 506 596 00049