



## PROGRAMME DE FORMATION ANIMATEUR MODULE 3 - ACCESS GYM GAM

### I - OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Animer bénévolement des groupes d'animation en Gymnastique Artistique Masculine
- Encadrer des séances de découverte des activités gymniques
- Garantir aux pratiquants des conditions de sécurité et de maîtrise de l'environnement
- Maîtriser le programme Access Gym GAM (philosophie, objectifs, orientations)
- Maîtriser la technique et la méthodologie d'apprentissage des éléments de base aux 6 agrès masculins (sol, cheval d'arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe) ainsi qu'au trampoline

### II - PUBLIC ET PREREQUIS

- Etre titulaire d'une licence Fédération Française de Gymnastique de la saison en cours
- Avoir 15 ans minimum
- Avoir suivi la formation animateur « Module 1 Animer » et « Module 2 Access Gym Général »

### III - DUREE

L'action de formation « Animateur Module 3 Access Gym GAM » sera d'une durée de 21 heures.

### IV - MOYENS PEDAGOGIQUES, 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.

### V - CONTENUS

- Présentation du programme Access Gym GAM : philosophie, mise en œuvre, progressivité
- Travaux pratiques guidés de la méthodologie d'apprentissage des éléments de base sur les agrès masculins et au trampoline :
  - Sol : ATR, saut de mains, roue, rondade, flip arrière, flip avant, salto avant, salto arrière
  - Arçons : balancés faciaux et dorsaux, engagée, faux ciseaux et technique du cercle
  - Anneaux : balancés, simultanés, sortie salto arrière tendu, équerre, ATR en force
  - Saut : technique de course, liaison course-impulsion, franchissement lune
  - Parallèles : balancés en appui et en suspension, oscillation, ATR, bascules
  - Fixe : Prise d'élan, bascule, tour d'appui arrière, courbes, balancés, contre-volée
  - Trampoline : apprentissage des sauts et des positions de base / Part Method

## **VI - 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.
- Evaluations pédagogiques en structure de stage : par auto évaluation du stagiaire et par le tuteur
- Certification de fin de formation
- L'obtention du PSC1 est obligatoire pour valider le diplôme – Attestation à transmettre

**Coordonnateur de la formation :** Vanessa MARTINEZ - [vanou35@gmail.com](mailto:vanou35@gmail.com) – 06.26.38.06.54

**Effectif en formation :** 30 stagiaires maxi

**Date et lieu de la formation :**

- Du lundi 11 février 2019 à 10h au mercredi 13 février 2019 à 17h
- Gymnase spécialisée – Rue Pierre de Coubertin – 56600 LANESTER

**Accueil et hébergement :**

- Auberge de Jeunesse de Lorient – 41 rue Victor Schoelcher – 56100 LORIENT

**Frais de pension :**

- Tarif repas seul : 15 € - Prévoir un pique-nique pour le lundi midi
- Tarif nuit / pdj : 30 €
- Tarif pension complète du module : 120 €
- Pour faire vos réservations : [cliquez ici](#)

**Frais pédagogiques module 3 :**

- salarié OPCA : 420 €
- bénévole club : 141 €
- bénévole club (avec aide régionale club conventionné) : 63 €

**Inscriptions :** sur l'extranet du site [ffgym.fr](http://ffgym.fr) – FFGymLicence / Formations

**DATE LIMITE INSCRIPTION ET RESERVATIONS :** 30 novembre 2018

**Organisme de formation :**

Comité de Bretagne de Gymnastique - Cap Nord B - 4 Allée Marie Berhaut - 35000 Rennes  
Tél : 02.23.46.73.81 - Email : [secretariat@ffgymbretagne.com](mailto:secretariat@ffgymbretagne.com) - Site : <https://bretagne.ffgym.fr>  
N° de Siret : 410 506 596 00049 - N° de déclaration d'activité : 53350816735