

# FORMATION ANIMATEUR

ACCESS GYM | GAF | GAM  
MODULE 3/3

## OBJECTIFS DE L'ACTION DE FORMATION

- Animer bénévolement des groupes d'animation en Gymnastique Artistique Féminine
- 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 GAF (philosophie, objectifs, orientations)
- Maîtriser la technique et la méthodologie d'apprentissage des éléments de base aux 4 agrès féminins (saut, barres, poutre, sol) ainsi qu'au trampoline et en préparation gymnique

### 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

**Durée :** 21 h

**Effectif en formation :** 30 stagiaires

### Frais pédagogiques

- salarié OPCA : 420 €
- bénévole club : 120 €
- bénévole club QualiClub Bronze : 60 € (aide régionale)

### Frais de pension

- Prévoir un pique-nique pour le vendredi midi
- Tarif repas seul : 15 €
- Tarif nuit / pdj : 23 €
- Tarif pension complète du module : 96,40 €

### Hébergement

Auberge de jeunesse  
41 rue Victor Schoelcher - 56100 Lorient

### Calendrier / Lieux

**Vendredi 24 février 2023** à 10h au  
**Dimanche 26 février 2023** à 17h

Gymnase spécialisé  
Rue Pierre de Coubertin - 56600 Lanester

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

### Inscription

- ▶ Formation : extranet du site [ffgym.fr](http://ffgym.fr) [onglet Formation / Gestion des sessions]
- ▶ Repas/hébergement (*renseigner obligatoirement le formulaire*)

### Date limite d'inscription

AVANT LE 10 JANVIER 2023

### Coordonnateurs pédagogiques

- Fanny MOREL - [fanny.morel@ffgym.fr](mailto:fanny.morel@ffgym.fr) [06 77 04 23 18]

# FORMATION ANIMATEUR

ACCESS GYM | GAF | GAM  
MODULE 3/3

## Contenus

- Présentation du programme Access Gym GAF : philosophie, mise en œuvre, progressivité
- Travaux pratiques guidés de la méthodologie d'apprentissage des éléments de base sur les agrès féminins, au trampoline et en préparation gymnique :
  - Saut : technique de course, liaison course-impulsion, franchissement lune
  - Barres : Prise d'élan, balancés, bascule, tour d'appui arrière
  - Poutre : appuis spécifiques, déplacements, ATR, roue, souplesse avant, arrière, tic tac
  - Sol : ATR, saut de mains, roue, rondade, flip arrière, flip avant, salto avant, salto arrière
  - Trampoline : apprentissage des sauts et des positions de base / Part Method
  - Préparation gymnique : pivots, sauts gymniques (tour en l'air, cabriole, grand jeté, sissonne)

## 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
- 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