

ENSEMBLE CRÉONS



LE MOUVEMENT.

Visio Référents Evolugym

5 Juillet 2022

Encadrement

Prénom	Nom	Région	PRESENT
Lionel	DUFOUR	FFGym	
Karine	DECRET	PACA	
Valérie	GRANDJEAN	FFGym	
Djamel	LOUCIF	FFGym	
Martine	ROBERT	FFGym	
Agnès	LICHTLE	FFGym	Excusée



Les participants

Prénom	Nom	Région
Marie	LAPERSONNE	PDL
Caty	GOURY	AURA
Katalin	VIGOUROUX	PACA
Céline	APPELLE	NA
Pierre-Yves	GIFFARD	Bretagne
Geoffroy	GAUTIER	Normandie
Yaëlle	BALCOU	CVL
Dennis	HILLIER	BFC
Mélody	SCHNURR	Grand Est
Yann	PETITPAS	IDF
Manon	WAWRZYNIAK	Occitanie
Amélie	NORDON	BFC
Sabrina	HUCHIN	Hauts de France



Saison 2022-2023

150 ans

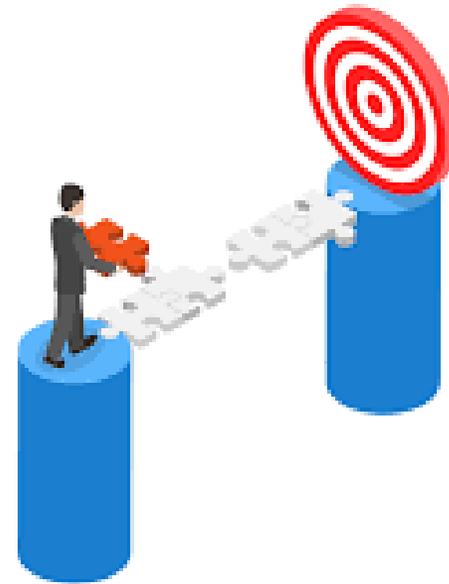
- Génération gym
 - Grand public
 - Scolaire
- Production spectaculaire : challenge vidéo

La Gym C'est classe

Echanges

Les nouveautés de la saison

- Gym+ : application + vidéos
- Parkour : compétition et autre
- BabyGym : kits + vidéos



Propositions de fonctionnement

- Maintien des échanges réguliers :
 - 4 dans la saison
 - Durée entre 1h30 et 2h
- Echanges autour d'une thématique commune : 150 ans
- Informations transversales région/national sur l'ensemble des projets Evolugym





ENSEMBLE CRÉONS

LE MOUVEMENT.

Echanges



ENSEMBLE CRÉONS

150

LE MOUVEMENT.

Fêter les 150 ans de la
fédération

The logo for 'Fil Rouge' features the word 'Fil' in black and 'Rouge' in white, both in a bold sans-serif font. The text is set against a red rectangular background that is tilted slightly to the right.

Célébration des 150 ans

- L'esprit : Un anniversaire à fêter collectivement
 - Des festivités tout au long de l'année
 - Grand évènement en septembre 2023 à l'Accor Arena
- Associer l'ensemble des licenciés à cette célébration
- S'ouvrir aux scolaires, aux parents, au grand public

ACTION PARTICIPATIVE ET COMMUNE

Génération Gym



Une musique commune

Des productions adaptées en fonction du public

Spectateurs : compétitions à partir d'un clip réalisé par les gyms de HN

Gymnastes : Clip + Plan de chorégraphie avec des orientations

Scolaires :

- Vidéos : séquences chorégraphiées
- Plan de chorégraphie
- Fiches pédagogiques : photos – 1 fiche par atelier (lisible pour les enfants) = 1 recap pour l'enseignant
- Montages musicaux
- Suggestions d'organisation de 6 séances

La séance (1h) se compose :

- D'une préparation : des bases rythmiques et l'apprentissage de parties communes (15 à 20 mn)
- D'exercices d'apprentissage sous forme d'ateliers en sous-groupes (20 à 25 mn)
- D'une partie enchaînement des séquences apprises (20 à 25 mn)

Préparation : bases rythmiques, repérage musical, apprentissage du début de la partie 3

Les cycles d'EPS

OBJECTIF	DESCRIPTION	MATERIEL	ILLUSTRATIONS
Ecoute musicale et relation tempo avec frappes de mains	Frappes de mains sur les temps en musique	Musique séquence musicale n°1	
Ecoute musicale et relation tempo avec marche	Marche sur place en musique	Musique séquence musicale n°1	
Associer l'écoute musicale avec les frappes et la marche	Marche sur place avec frappes de mains Idem en se déplaçant dans tout l'espace	Musique séquence musicale n°1	
Reproduire une séquence de frappes de mains et un son	Frappes de mains sur les contre temps : <ul style="list-style-type: none"> • Frappes sur 1, 2, 3 et 4, 5 et 6, et dire « la gym » • Idem en se déplaçant 	Musique n°2	
Se situer dans une formation	Choisir une formation et placer le groupe Pour faciliter, il est possible d'utiliser des repères au sol déjà existants ou en les créant, (croix à la craie...)	Marques au sol	
Apprentissage de la 1ère séquence partie « échauffement »	Bras latéraux puis 1/2 pliés en abaissant les bras et enchaîner avec un grand cercle de bras en 8 temps comptés		
Apprentissage de la 2ème séquence partie « échauffement »	Écarter jambe droite latéralement avec bras latéraux, puis fermeture avant avec rotation du buste pour amener le bras gauche vers le pied droit, puis revenir à la verticale et resserrer la jambe droite à la gauche en baissant les bras. (en 8 temps) Faire le même exercice à gauche		
Liaison des 2 premières séquences de l'« échauffement »	<ul style="list-style-type: none"> • En comptant, réaliser 2 fois la 1ère séquence (2x8) puis la 2ème à droite et à gauche (2x8) • En musique, après 2x8 de frappes de mains en marchant, réaliser les 2 séquences 	Musique n°3	

La découverte et réalisation des positions sous forme d'ateliers

- L'enseignant imprime les fiches ateliers puis repartit ses élèves en sous-groupes et dans l'espace disponible.
- Les élèves choisissent parmi les différentes suggestions de positions gymniques par exemple 1 position individuel, 1 en coopération et une avec un engin
- Chaque atelier est accompagné de la fiche d'atelier jointe, permettant aux élèves de mieux identifier la tâche à accomplir.
- L'enseignant veille à mettre une ambiance musicale favorisant la créativité et l'expression.
- La durée de cette partie de séance est d'environ 20 minutes

Les suggestions « positions gymniques » en individuel

Appui facial 1 main ou 1 pied voir 1 main 1 pied



Position d'équilibre



Position alignée bras verticaux sur trampoline



Chandelle



Appui latéral 1 main et 2 pieds



Position montrant la souplesse en renversement



Position montrant la souplesse « pont »



Les suggestions « positions gymniques » en coopération



Appui facial à 2 ou 3



Equilibre pieds à 2



Pyramide à 3 en croix



Equilibre sur mains à 3



Pyramide à genoux



La chaise



Les suggestions « positions gymniques » avec engin



En petit groupe, avec des ballons : « créez une position »



Par 2 ou plus, chacun a un cerceau à position à réaliser ensemble : « créer une position avec le cerceau »



En petit groupe, avec des cordes ou des rubans : « créez une position en croisant les engins »



En solo ou en petit groupe, avec un ruban, une corde ou un cerceau choisir une formation : « Placez-vous en formation et réalisez une position »

L' enchaînement

Organisation de la classe : proposer une zone d'attente avant début de chorégraphie

A) Objectif de l'exercice : liaison des parties apprises en comptant

Description des exercices:

1. Organisation du groupe dans l'espace en proposant à chaque sous-groupe une aire d'évolution
2. Liaison de la séquence « frappes de mains en contretemps, + la voix la gym » et les positions gymniques
3. Idem en ajoutant ensuite un déplacement de 2x8 en frappes de mains pour se placer dans la formation groupe entier vue au début de la séance
4. Révision des 2èmes séquences « échauffement » (4x8); les élèves peuvent compter à voix haute
5. Liaison en comptant du début jusqu'à la 2ème séquence de l'échauffement

Consignes :

- commencer lentement sur la fréquence des comptes;
- commencer le décompte à partir de 5,6,7,8 pour que tout le groupe commence ensemble sur 1 ;
- puis augmenter la fréquence au fur et mesure des répétitions.

Temps : le groupe doit pouvoir réaliser cette partie de l'enchaînement en comptant avant de passer à l'étape suivante.

B) Objectif de l'exercice : réalisation en musique

Description des exercices :

1. faire écouter le début de la musique (n°2 ou la version complète), et bien faire repérer l'emplacement des parties apprises
2. réaliser en musique les séquences apprises

Consignes :

- sur la première écoute musicale, l'enseignant donne les repères musicaux pour aider les élèves. Il peut aussi s'appuyer sur la vidéo.
- 2ème exercice : « nous allons réaliser en musique les le début de l'enchaînement, si la vitesse est trop importante, finissez votre enchaînement à votre rythme, et petit à petit vous allez pouvoir tout faire en rythme »

C) Bilan de séance et présentation de l'objectif de la prochaine

En 1 ou 2 phrases, l'enseignant commente le travail de la séance et annonce le travail de la prochaine séance : l'apprentissage de la fin de l'échauffement et de 3 suggestions partie 4 « disciplines gymniques »



PRODUCTIONS SPECTACULAIRES

Challenge vidéo : 150 secondes pour fêter 150 ans



**Un spectacle de 2'30
soit 150 secondes
pour chaque région**

Envoi des vidéos à la FFGym jusqu'à fin mai 2023



**Selection du ou des
coup(s) de coeur du jury
qui se produira à
l'Accor Arena**



Attribution des prix :
1. Nombre de participants
2. Intergénérationnel
3. Costume
Invités à l'Accor Arena



**Partage FFGym
sur les réseaux sociaux
et Ma Gym TV**

Les outils fédéraux

Pour construire le lien Clubs/ établissements scolaires



Eveil Musculaire : <https://vimeo.com/719884746/33ff3181ca>

Retour au calme : <https://vimeo.com/719885092/4213d2d933>

TR TU : <https://vimeo.com/719884973/08b2dfd113>

GR : <https://vimeo.com/719884871/8edae63523>

GAC : <https://vimeo.com/719884786/e064140803>

Interview Céline : <https://vimeo.com/722284256/ae68c10e83>

Interview Sandrine : <https://vimeo.com/722284339/28410d04ef>

Interview Sébastien : <https://vimeo.com/722284285/5a237897ef>

Interview globale + réaction d'enfants : <https://vimeo.com/722316232/707bb26248>



Un déploiement UP and Down

- Du ministère aux enseignants
 - M@gistère
 - Eduscol
- Des clubs aux Etablissements scolaires
 - Rencontres
 - Echanges

FFGYM - Ministère EN



Clubs- Etablissements scolaires

ENSEMBLE CRÉONS



LE MOUVEMENT.

Informations Régionales/Nationales

gym+

gym+



+ D'EXPERTISE

gym+



+ DE BIEN ÊTRE

gym+



+ DE PLAISIR

gym+



+ D'ÉQUILIBRE

Modifications sur Coach gym+

Nouvel URL d'accès : <https://gymplus-coach.ffgym.fr/>

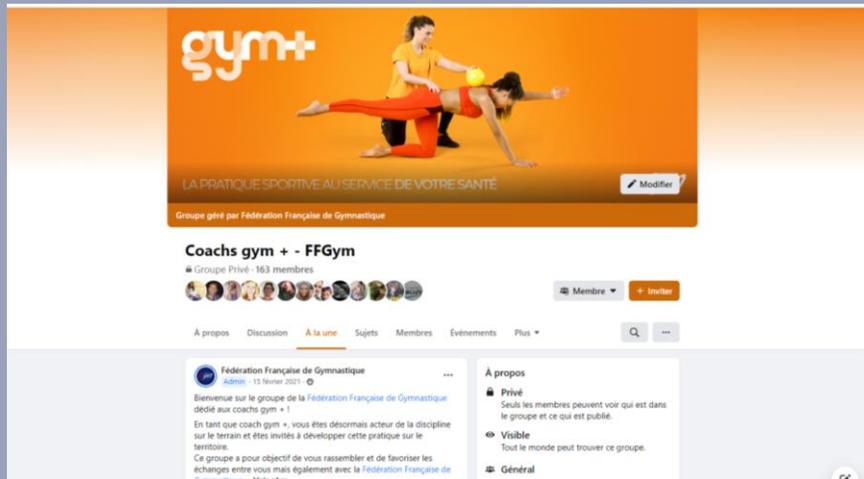


Application « licenciés gym+ »

**Disponible sur les stores
Android pour l'instant**

Pour les non licenciés : direction sur la page fédérale avec les infos concernant les clubs gym+ en région et coordonnées du chefs de projet gym+.





Les outils en cours

- Facebook coach gym+
- Newsletter - GymMag
 - Vidéos de présentation
- Kit de communication
 - Sites des régions

BabyGym

1 banderole : Banderole type intissée 120gr fabriqué à base de bouteilles plastiques recyclées. Ultra résistante à l'étirement. Avec œillets tous les mètres et aux angles.



2 séparations univers : Banderole instantanée rectangle. Structure pop-up fibre composite. Toile polyester impression numérique 2 faces. Sac de transport inclus. Dimensions : 200 x 100 cm



1 palmier : Carton alvéolaire 10mm. Recyclé. Découpe à la forme de la silhouette avec tracé + 1cm de tout le tour. Embase rectangle blanc pour accueil 2 pieds demi-lune carton + 2 pieds demi-lunes fendus. Impression recto seule. Dimension : 120x160cm



20 cartes au trésor : Textile Polyblockout. Polyester 230g/m². Ourlet tout le tour. Dimensions : 40 x 40 cm. Réassort possible par lot de 10 cartes (80€ ttc)



1 toile géante : Toile PolyDisplay. Polyester 210g/m². Ourlet tout le tour. Dimensions : 300 x 300 cm

2 arbustes : Carton alvéolaire 10mm. Recyclé. Découpe à la forme de la silhouette avec tracé + 1cm de tout le tour. Embase rectangle blanc pour accueil 2 pieds demi-lune carton + 2 pieds demi-lunes fendus. Impression recto seule. Dimension : 115x800cm



2 mascottes : Carton alvéolaire 10mm. Recyclé. Découpe à la forme de la silhouette avec tracé + 1cm de blanc tout le tour. Embase rectangle blanc pour accueil 2 pieds demi-lune carton + 2 pieds demi-lunes fendus. Impression recto seule. Dimensions : 81 x 122 cm





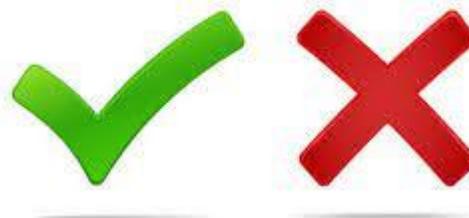
Achat :

Bon de commande (ci-joint) à retourner à
<https://www.eyes-up.com>

Envoyer une copie du bon de commande à
isadora.soutan@ffgym.fr

Mutualisation : renvoyer votre commande avant le 31
janvier 2023.

Tarif mutualisé : 1950 € TTC hors frais de livraison



Parkour

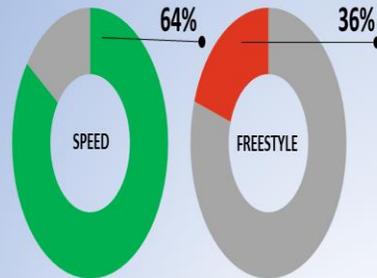


Bilan Expérimentations Parkour ...

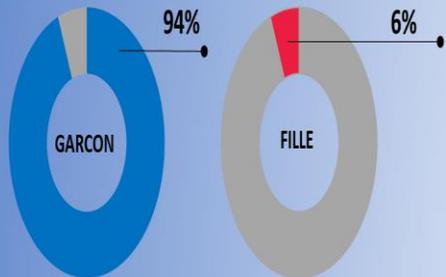


420
Participants

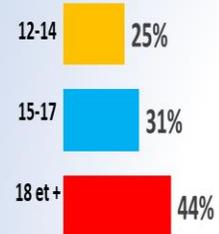
Répartition des participants par Epreuve



Genre



Catégories d'Age



- Expérimentations Parkour
 - Bilan
- Orientations fédérales - PID Parkour
 - Travaux du Groupe d'experts
 - Système compétitif
 - Jugement
 - Formation
 - Promotion
- Prochain évènements Pk
 - Académie FIG
 - Coupe du Monde
 - Moniteur Parkour

Grands Evènements

**WORLD
GYMNAESTRADA
2023 AMSTERDAM**
30 JULY - 5 AUGUST

GYMNAESTRADA 2023

- AMSTERDAM (PAYS BAS)
- Du 30 au 5 aout 2023
- 450 PARTICIPANTS

150 ANS FFGYM 2023

- Tout le territoire CD/CR
- Internationaux Bercy
- Maximum de participants



GOLDEN AGE 2022

- MADEIRE (PORTUGAL)
- DU 2 AU 7 OCTOBRE 2022
- 96 PARTICIPANTS

EUROGYM 2022

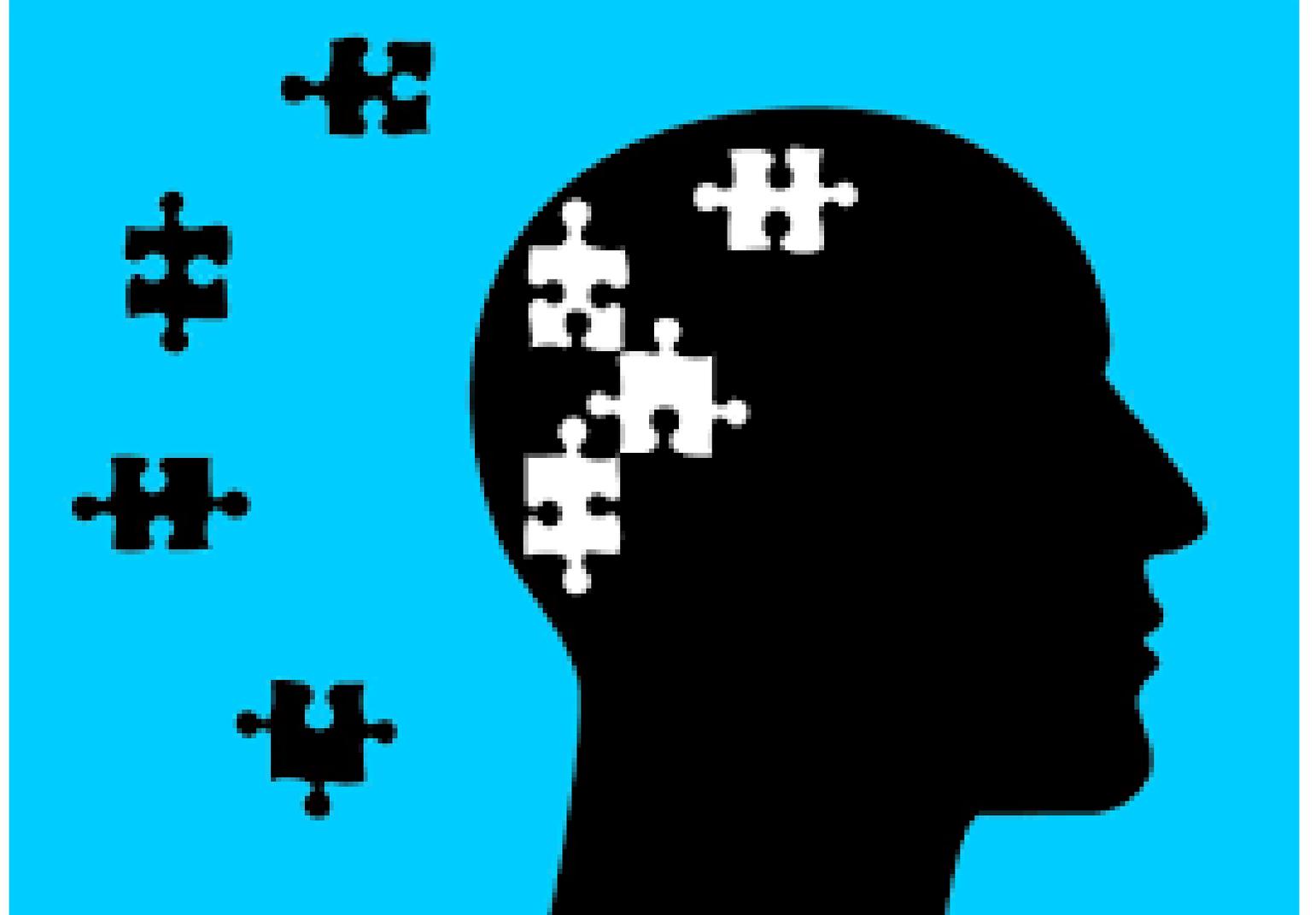
- NEUCHÂTEL (SUISSE)
- Du 7 au 15 juillet 2022
- 384 PARTICIPANTS



Bilan de saison



Que retenez-vous de ces RDV ?





LE MOUVEMENT.

Notre agenda



ÉVOLUGYM

Nos propositions :

- Fréquence : 1 par trimestre
- Proposition : Jour et horaire de la semaine : **Mardi 2022 à 11h**

Calendrier des RDV – référents

DATES	OBJECTIFS	MOYENS	horaires
Oct	<ul style="list-style-type: none">• Pas pendant les vacances scolaires (22 oct au 6 nov)		
Mars			
Juin			



ENSEMBLE CRÉONS



LE MOUVEMENT.

Merci de votre attention