

EVOLUGYM

Un concept de formation gymnique
au service de tous les clubs





Quelques constats

Fédération Française de Gymnastique

- Turn-over annuel de 50 %.
- Arrêt dans les 2 premières années.
- Le Pic d'âge des licenciés :
 - 8 ans chez les garçons
 - 9 ans chez les filles
- A 13 ans, plus de 50% des licenciés abandonnent la GAM
- 1 licencié sur 3 est concerné par les programmes compétitifs
- Parmi ces derniers, 66% se disent satisfaits des programmes

Nous satisfaisons 20 % des licenciés GAM



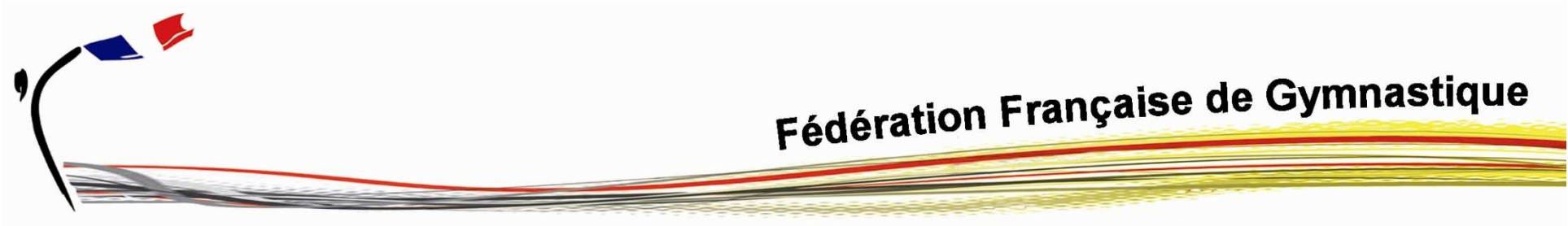


Quelques constats

Fédération Française de Gymnastique

- Sous un angle technique et pédagogique :
 - Transition brutale entre petite enfance et les poussins.
 - Formation de base approximative.
 - Difficulté à quantifier les progrès réalisés au fil des séances d'entraînement (surtout lorsqu'on s'entraîne peu).





... de l'animation à la
compétition...

Une aide à la structuration des
clubs...



Un concept novateur Fédération Française de Gymnastique

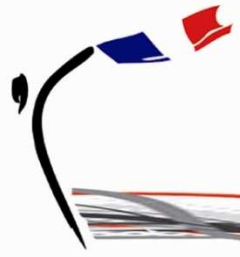
Proposer aux débutants une activité gymnique:

- Accessible à tous ;
- Attractive;
- Progressive;
- Transversale.

Grâce à:

- un programme de formation générale : **EVOLUGYM**
- des programmes de formation disciplinaire :
EVOLUGYM GAM, GAc, GAF...





Fédération Française de Gymnastique

Traditionnellement FFG = 2 filières

Programme compétitif fédéral

La filière de haut
niveau

15-24
mois

Baby Gym

5 ans

12 ans
et plus

EvoluGym GAM

EvoluGym

Programme
compétitif fédéral

Filière d'accès
vers le haut
niveau

18-24
mois

Déclinaison du programme EvoluGym

Baby Gym

5 ans

EvoluGym

EvoluGym

GAM

2012

EvoluGym

GR

2014

EvoluGym

GAc

EvoluGym

GAF

12 ans
et plus



EvoluGym

Fédération Française de Gymnastique

Au sortir de la Baby gym



10 étapes plus tard , 1 séance par semaine, 1 à 2 ans de pratique...





EvoluGym

Fédération Française de Gymnastique

NIVEAU 1 EXERCICE 2

Fédération Française de Gymnastique

Apprentissage de l'ALIGNEMENT



Description : De l'appui facial, ouverture de l'angle bras/tronc et élévation du bassin pour venir en alignement.

Consigne : Monter les fesses et amener la poitrine vers les genoux, jusqu'à l'alignement bras/tronc.

Critère de réussite: Venir en alignement bras/tronc.



Cacher les oreilles.

EvoluGym

NIVEAU 1 EXERCICE 2A

Fédération Française de Gymnastique

Apprentissage de l'ALIGNEMENT



Description : Ouverture bras/tronc en maintenant les jambes tendues. Maintenir la position 3s.

Consigne : Lors du maintien de la position, penser à souffler par la bouche.

EvoluGym

NIVEAU 1 EXERCICE 2B

Fédération Française de Gymnastique

Apprentissage de l'ALIGNEMENT



Description : En position pompe sur les genoux et dos rond maintenir la position de gainage 3 à 8s.

Consigne : Les épaules au dessus des mains et le dos rond.

EvoluGym

NIVEAU 1 EXERCICE 2C

Fédération Française de Gymnastique

Apprentissage de l'ALIGNEMENT



Description : En position pompe et dos rond maintenir la position de gainage 3 à 8s.

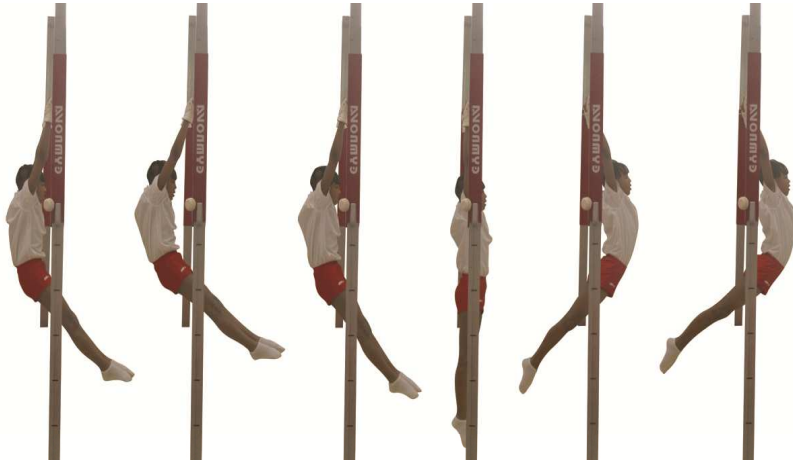
Consigne : Les épaules au dessus des mains et le dos rond.

EvoluGym



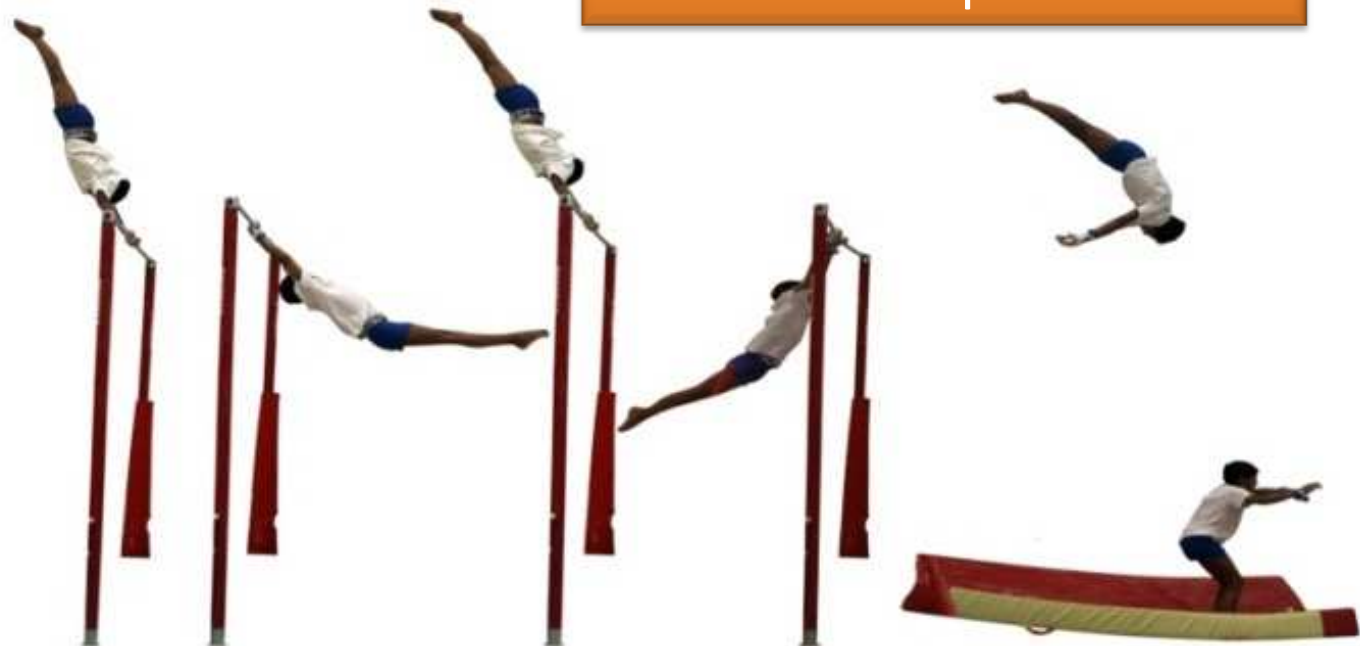
EvoluGym GAM

Fédération Française de Gymnastique



Au sortir d'Evolugym

8 étapes plus tard ,
1 à 3 séances par semaine





EvoluGym

Fédération Française de Gymnastique



Niveau jaune

Fédération Française de Gymnastique

Exercice 15 : Balancés



Description : Courbes avant et arrière et prise d'élan.

Consigne : Venir en chandelle avant l'élan arrière.

Critère de réussite : Réaliser une reprise de barre en balancé arrière.

Bonus : Etre en courbe avant lors de la reprise d'appuis.

EvoluGym GAM

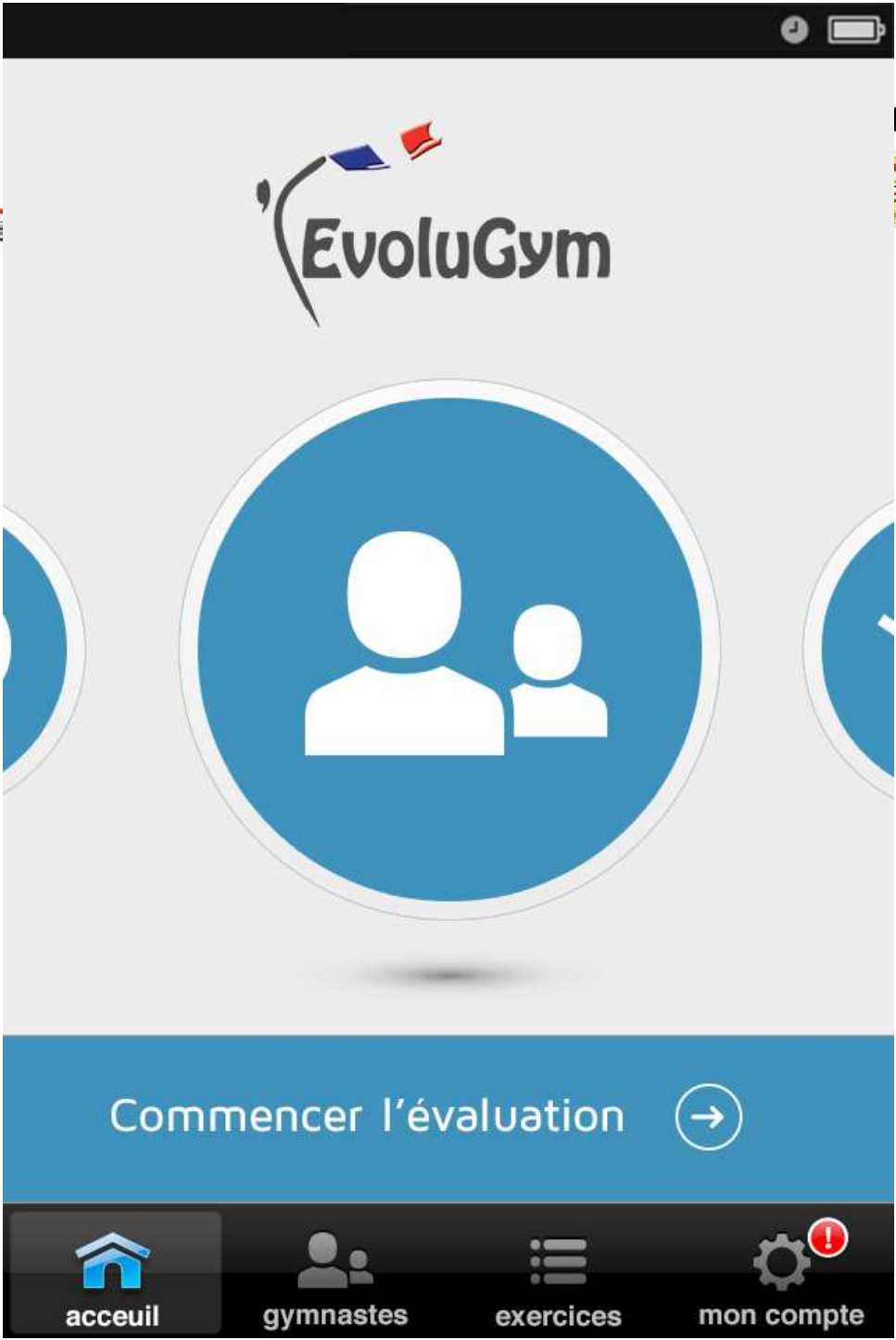
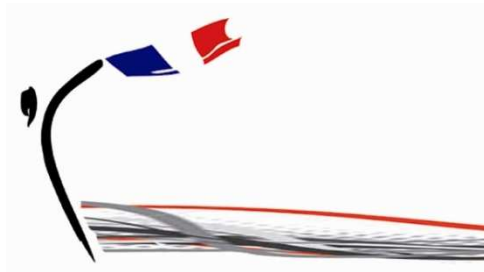


L'évaluation:

Fédération Française de Gymnastique

- Valide chaque étape d'apprentissage;
- Simple sur son téléphone;
- Visible en direct sur FFGYM.COM.





accueil

gymnastes

exercices

mon compte





Commencer l'évaluation →

EvoluGym

e de Gymnastique



Programmes
8 enregistrés

-  **Evolugym**
8 niveaux
-  **Evolugym GAM**
8 niveaux
-  **Evolugym GAF**
8 niveaux
-  **Evolugym GR**
8 niveaux
-  **Evolugym AER**
8 niveaux

accueil gymnastes **exercices** mon compte

se de Gymnastique





Clara SCHROEDER

Evolugym GAF

niveau en cours: Blanc

1/4 points

exercices restants: 1

dernier passage: 16/08/2013

1 test 1

2 test 2

Française de Gymnastique

accueil gymnastes exercices mon compte



Une Nation



Sol - Rondade

Description : Roue pied pied au sol.

Consigne : Pousser complètement sur les bras tendus (impulsion).

Critère de réussite : Arriver debout en déséquilibre arrière jambes tendues avec le dos rond.

Bonus : Profil

Fédération Française de Gymnastique



accueil

gymnastes

exercices

mon compte



Animation	Niveau
EvoluGym	
Club	Tous les niveaux
EvoluGym GAM	
Club	Blanc, Jaune, Orange
Département	Vert, Bleu, Rouge
Région	Violet, Marron
En compétition	Noir, Bronze, Argent, Or



Rôle Clé de l'animateur

Fédération Française de Gymnastique

Dans ces programmes, **le rôle de l'animateur est déterminant et valorisé :**

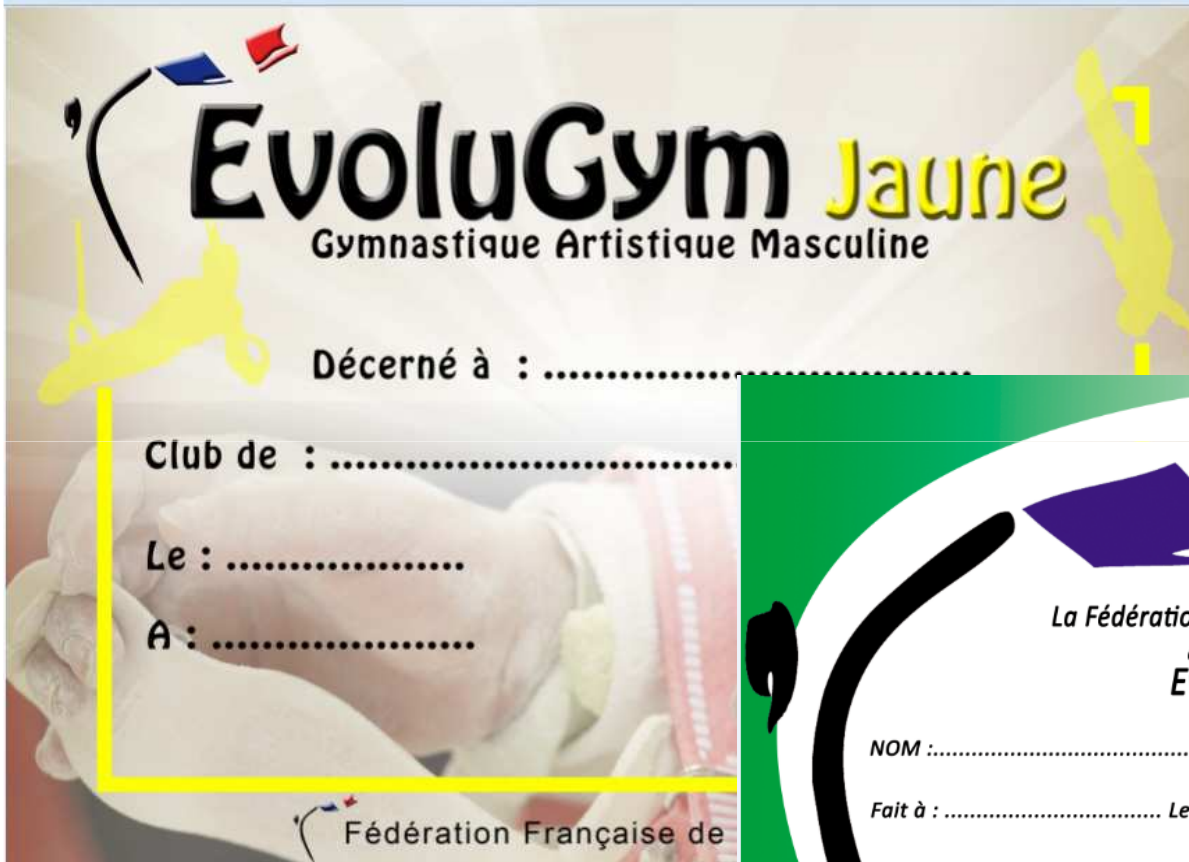
il implique une présence active et un réel investissement pour :

- Animer,
- Organiser,
- Faire évoluer,
- Motiver.



Des Goodies

Fédération Française de Gymnastique



EvoluGym Jaune
Gymnastique Artistique Masculine

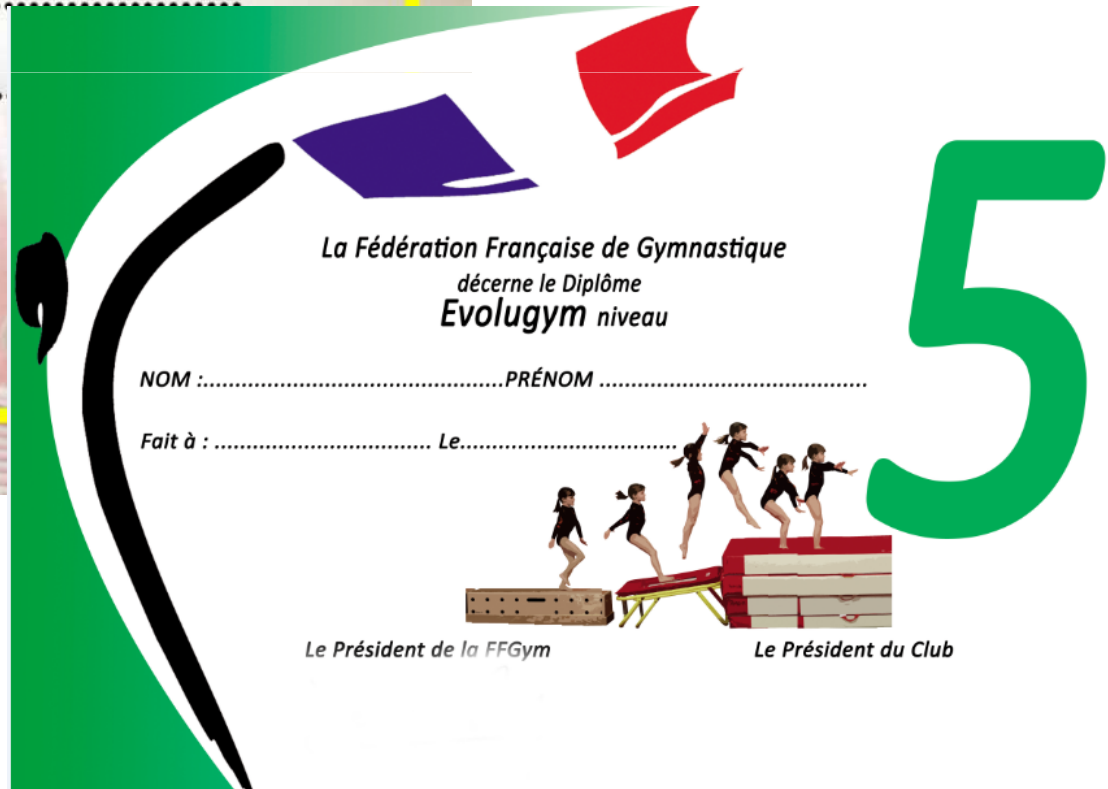
Décerné à :

Club de :

Le :

A :

Fédération Française de



La Fédération Française de Gymnastique
décerne le Diplôme
Evolugym niveau

NOM : PRÉNOM

Fait à : Le

Le Président de la FFGym Le Président du Club

5

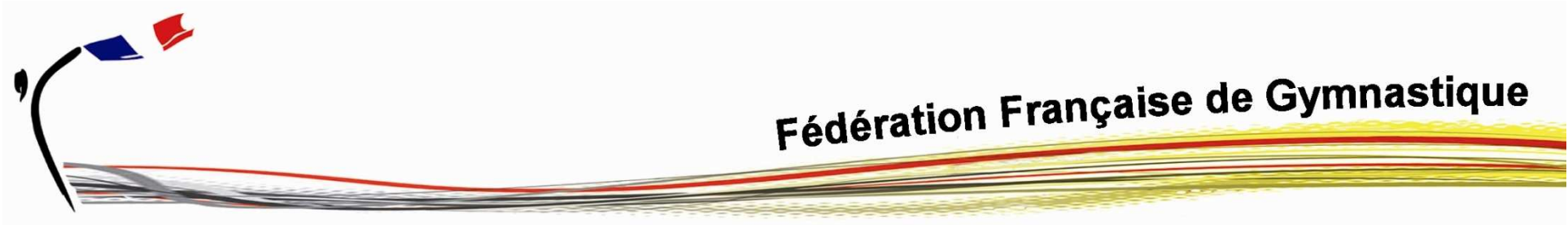


EvoluGym Jaune

Gymnastique Artistique Masculine

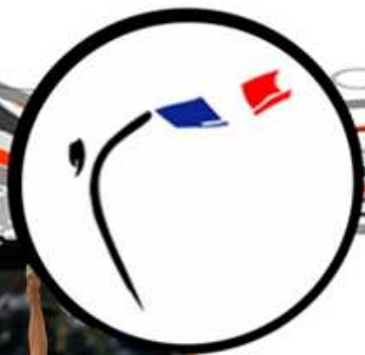
Fédération Française de Gymnastique





Formation continue

- Coordonnateurs régionaux
- Délégués techniques
- 3 Octobre 2013 FFG
- 29 septembre 2013 FFG



EVOLUGYM

